

MODUL 1



DAFTAR ISI

SEKILAS PROGRAM	4
TOPIK PEMBELAJARAN	4
PEMAHAMAN BERSAMA	4
PERTANYAAN UTAMA	4
PRODUK YANG DIHASILKAN	5
TUJUAN PEMBELAJARAN	5
INDIKATOR	6
STARTEGI PEMBELAJARAN.....	6
ALUR PEMBELAJARAN	7
BAHAN DAN MEDIA PEMBELAJARAN.....	8
DEMONSTRASI KONTEKSTUAL/URAIAN MATERI, CONTOH DAN LATIHAN.....	8
Perkenalan (Permainan 1).....	8
Membangun Peta Haraman (Permainan 2).....	9
LEMBAR KERJA 1	10
Kontrak belajar	10
LEMBAR KERJA 2	11
Identifikasi Potensi Diri (Permainan 3).....	11
LEMBAR KERJA 3a	12
LEMBAR KERJA 3b	12
LEMBAR KERJA 4	13
Identifikasi Sumber-sumber pendapatan dan Jenis Pengeluaran (LK).....	14
Lembar Kerja 5.....	15
Lembar Kerja 6.....	16
Lembar Kerja 7.....	17
Lembar Kerja 8.....	18
Manajemen Waktu (LK)/ individu	20
Lembar Kerja 9. Jadwal Harian.....	20
MENYUSUN KEGIATAN SEHARI-HARI.....	20
LEMBAR KERJA 9	22
EKPLORASI KONSEP/MATERI.....	23
MATERI I.....	23
KONSEP MANAJEMEN PENGELOLAAN EKONOMI RUMAH TANGGA.....	23
Pengertian Manajemen	23

Pengertian Rumah Tangga.....	23
Konsep Manajemen Pengelolaan Ekonomi Rumah Tangga.....	24
Tujuan Manajemen Pengelolaan Ekonomi Rumah Tangga	24
Prinsip Dasar Manajemen Pengelolaan Ekonomi Rumah Tangga	24
Unsur-Unsur Dalam Manajemen Pengelolaan Ekonomi Rumah Tangga	25
Cara Mengelola Keuangan Saat Pasangan Berhenti Bekerja	27
6 (ENAM) TIPS DALAM MERENCANAKAN KEUANGAN KELUARGA.....	27
MATERI II.....	30
MANAJEMEN WAKTU.....	30
Pengertian	30
Sifat waktu.....	30
Karakteristik manajemen waktu yang sukses	31
1. Evaluasi	31
2. Rencana dan prioritas	31
3. Eliminasi pencurian waktu	31
4. Delegasi	31
5. Katakan tidak.....	31
6. Rehat.....	32
Dampak manajemen waktu yang buruk	32
1. Penundaan	32
2. Kurang tidur.....	32
3. Mengonsumsi makanan yang tidak sehat dan kurang berolahraga	32
4. Kurang berenergi.....	32
5. Tidak tepat waktu	33
6. Terburu-buru.....	33
7. Disorganisasi	33
8. Waktu kerja dan hidup yang tidak seimbang.....	33
9. Multitasking.....	33
Manfaat manajemen waktu.....	34
1. Manajemen waktu membuat seseorang menjadi tepat waktu dan disiplin.	34
2. Manajemen waktu membuat seseorang menjadi lebih rapi atau terorganisir.	34
3. Manajemen waktu meningkatkan moral seseorang dan menjadi lebih percaya diri.	34
4. Manajemen waktu bisa mengurangi kadar stres dan kecemasan.	34
MATERI III	35
FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT EKONOMI/KONSUMSI RUMAH TANGGA.....	35
Tingkat Kekayaan/Pendapatan	35
Tingkat Pendidikan.....	35
Tingkat Upah	35
Jenis Kelamin	36
Jumlah Tanggungan.....	36
Tingkat Harga.....	36
Kebiasaan dan Budaya.....	36
Gaya Hidup.....	36

REFLEKSI DIRI.....	37
COVER STORY.....	38
MEREKA YANG MAMPU MENGUBAH DUNIA	Error! Bookmark not defined.
Ibu Intan.....	38
Ekonomi Keluarga Pak Mahmud	39

SEKILAS PROGRAM

Modul ini adalah disusun sebagai salah satu bagian produk luaran dari program kerjasama/kemiteraan yang dilakukan antara ADBMI Foundation, Lembaga Generasi Bintang Sejahtera melalui program kemiteraan Indonesia-Australia dalam upaya menanggulangi dampak ekonomi yang disebabkan oleh pandemic Covid 19. Program ini bertujuan untuk meningkatkan ketahanan ekonomi rumah tangga buruh migrant (khususnya perempuan) yang terkena dampak pandemic covid 19 melalui inkubasi bisnis yang responsive gender dan adaptif terhadap bencana.

Modul Pelatihan Manajemen Pengelolaan Ekonomi Rumah Tangga Berbasis Responsif Gender, disusun sebagai buku pegangan bagi masyarakat atau kelompok penerima manfaat program dalam memahami konsep dan pentingnya manajemen pengelolaan ekonomi rumah tangga, peran dan tanggung jawab masing-masing anggota dalam manajemen pengelolaan ekonomi rumah tangga, mengidentifikasi sumber-sumber pendapatan dan juga jenis alokasi belanja berdasarkan skala kebutuhan secara efisien dan efektif dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga.

TOPIK PEMBELAJARAN

Manajemen Pengelolaan Ekonomi Rumah Tangga Berbasis Responsif Gender

PEMAHAMAN BERSAMA

1. Peserta memahami konsep dan pentingnya manajemen ekonomi rumah tangga berbasis adil gender
2. Peserta memahami peran dan tanggung jawab masing-masing anggota keluarga dalam manajemen pengelolaan ekonomi rumah tangga
3. Peserta mampu menerapkan manajemen pengelolaan ekonomi rumah tangga yang adil gender
4. Peserta memahami factor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengeluaran/konsumsi rumah tangga

PERTANYAAN UTAMA

1. Bagaimana Peserta memahami dan mengenal kondisi ekonomi rumah tangganya sendiri?
2. Bagaimana peserta mampu mengidentifikasi sumber-sumber pendapatan dan jenis-jenis belanja dalam ekonomi rumah tangga

3. Bagaimana peserta mampu mengelola ekonomi rumah tangganya secara efektif dan efisien?
4. Bagaimana peran masing-masing anggota keluarga dalam manajemen pengelolaan ekonomi rumah tangga?
5. Bagaimana Peserta mampu mengelola ekonomi rumah tangganya secara baik dalam meningkatkan kesejahteraan ekonomi keluarga

PRODUK YANG DIHASILKAN

1. Rencana/kontrak belajar
2. Analisis Potensi diri dan Jiwa Kewirausahaan
3. Peta harapan dan kekhawatiran
4. Identifikasi sumber-sumber pendapatan dan jenis belanja berdasarkan skala kebutuhan masing-masing rumah tangga
5. Rencana anggaran pendapatan dan belanja rumah tangga
6. Jadwal kegiatan harian rumah tangga

TUJUAN PEMBELAJARAN

1. Memahami manajemen pengelolaan ekonomi rumah tangga Berbasis adil Gender
2. Memahami pentingnya manajemen pengelolaan ekonomi rumah tangga berbasis adil gender
3. Peserta mampu mengidentifikasi sumber-sumber pendapatan dalam rumah tangga
4. Peserta mampu mengidentifikasi jenis-jenis pengeluaran berdasarkan skala kebutuhan masing-masing
5. Peserta mampu menyusun Rencana Pendapatan dan Belanja Rumah Tangga
6. Memahami Teknik manajemen pengelolaan ekonomi rumah tangga berbasis adil gender yang efektif dan efisien
7. Memahami peran dan tanggung jawab masing-masing anggota keluarga dalam manajemen pengelolaan ekonomi rumah tangga
8. Memahami manajemen pengelolaan ekonomi rumah sebagai instrument dalam meningkatkan kesejahteraan ekonomi keluarga

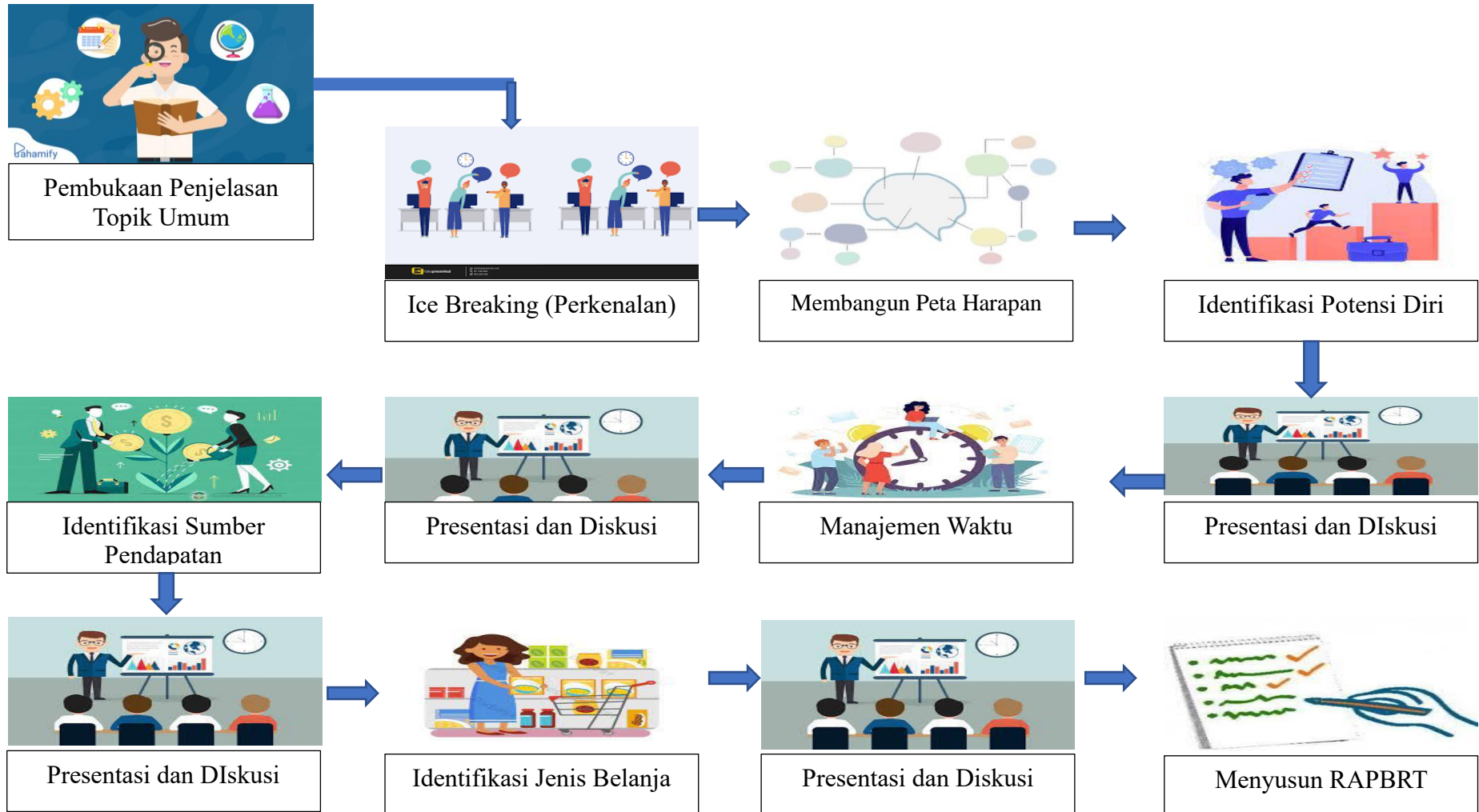
INDIKATOR

1. Peserta mampu mengidentifikasi sumber-sumber pendapatan dan jenis-jenis belanja sesuai dengan kondisi ekonomi rumah tangganya sendiri;
2. Peserta memahami peran dan tanggung jawab masing-masing anggota keluarga dalam manajemen pengelolaan ekonomi rumah tangga
3. Peserta mampu membuat rencana manajemen pengelolaan ekonomi rumah tangga
4. Peserta mampu mengelola ekonomi rumah tangganya secara efektif dan efisien
5. Peserta dapat mengendalikan waktunya untuk kegiatan-kegiatan yang dapat bermanfaat.
6. Dapat memanfaatkan waktu yang masih tersisa, dalam upaya peningkatan pendapatan keluarga.
7. Peserta dapat mengidentifikasi usaha-usaha yang dapat dilakukan untuk meningkatkan ekonomi didalam keluarga.

STARTEGI PEMBELAJARAN

1. Ceramah
2. Permainan
3. Diskusi
4. Penguatan
5. Penugasan
6. Refleksi

ALUR PEMBELAJARAN



BAHAN DAN MEDIA PEMBELAJARAN

1. Spidol
2. Meta Plan
3. Kertas Plano
4. Curah Pendapat
5. Double Tips
6. Laptop
7. LCD Proyektor
8. Modul
9. HVS

DEMONSTRASI KONTEKSTUAL/URAIAN MATERI, CONTOH DAN LATIHAN

1. Perkenalan (Permainan 1)
 - a. Fasilitator menjelaskan materi yang akan dibahas dan tujuan yang ingin dicapai.
 - b. Fasilitator membagikan spidol, meta plan dan kertas HVS diatas meja peserta
 - c. Fasilitator mengajak peserta pelatihan berkenalan :

Bapak/ibu seperti kata pepatah lama “tak kenal maka tak sayang’ sesi ini adalah waktu berkenalan. Sebelum kita bermain-main bersama silahkan bapak ibu tulis nama panggilan, alamat dan pekerjaan pada meta plan. Contoh: Edi – Lepak-Tani
 - d. Mintalah peserta untuk menempelkan nama yang ditulis pada dada, depan saku baju atau posisi yang mudah dilihat oleh peserta lain.
 - e. Fasilitator menunggu sampai seluruh peserta menyelesaikan tugas 1.

Setelah itu, silahkan bapak ibu ambil kertas HVS yang ada dihadapan bapak ibu dan gambarkan benda, bisa benda hidup atau mati yang menggambarkan bapak ibu.
 - f. Silahkan fasilitator menunjukkan contoh benda yang anda gambar untuk menceritakan diri fasilitator. Contoh: saya menggambar pohon, karena saya suka berkebun di halaman rumah (bagian ini bisa fasilitator ganti sesuai diri masing-masing).

- g. Bapak ibu saya waktu selama 5 menit untuk menggambar dan silahkan mulai dikerjakan, fasilitator memberi semangat peserta dengan kalimat positif dan cek peserta secara berkala.
- h. Fasilitator memulai permainan.
Bapak dan ibu setelah ini kita satu persatu akan memperkenalkan diri sambil memperlihatkan gambar yang dibuat. Ceritakan nama, alamat, pekerjaan dan ceritakan gambar yang dibuat. Saya akan memasang aplikasi countdown di layar, jika waktu habis silahkan bapak dan ibu berhenti bercerita dan silahkan tunjuk 1 orang yang ingin bapak dan ibu dengar ceritanya. Dan ingat masing-masing hanya memiliki waktu 60 detik.
- i. Setelah semuanya selesai, maka fasilitator meminta kesan-kesan dari peserta apa manfaat yang dirasakan dari materi perkenalan dan fasilitator merangkum semua kesan-kesan dari peserta.

2. Membangun Peta Haraman (Permainan 2)

- a. Fasilitator membagikan meta plan dan spidol pada semua peserta masing-masing 2 lembar.
- b. Setiap peserta menuliskan “Mengapa mereka datang ke pelatihan ini.
- c. Apa harapan dan kekhawatiran peserta selama mengikuti pelatihan, dan setiap pernyataan ditulis dikertas yang berbeda.
- d. Setelah semua peserta selesai menulis, mintalah peserta maju kedepan untuk menempel pada kertas pleno (lembar kerja 1 terlampir)
- e. Mintalah peserta secara acak untuk maju kedepan dan membacakan hasil kerja.
- f. Fasilitator merangkum dari hasil diskusi kedalam kertas plano.


LEMBAR KERJA 1

Nama :

Jenis Kelamin :

Alamat :

Ceritakan harapan dan kekhawatiran

Harapan		Kekhawatiran
1.		1.
2.		2.
3.		3.
4.		4.
5.		5.
6. Dst.		6. Dst.

Kontrak belajar

- a. Fasilitator membagikan meta plan dan spidol pada semua peserta masing-masing 2 lembar.
- b. Masing-masing peserta diminta menulis ketentuan-ketentuan atau hal-hal yang harus dilakukan selama mengikuti pelatihan, dikertas yang sudah dibagikan dan setiap pernyataan ditulis di kertas yang berbeda. Contoh: setiap peserta wajib hadir 15 menit sebelum kegiatan belajar berlangsung.
- c. Fasilitator meminta kepada masing-masing peserta untuk menempelkan ketentuan yang ditulis di lembar kertas yang sudah didisiapkan di depan.
- d. Setelah semua peserta selesai menulis, mintalah peserta maju kedepan untuk menempel pada kertas pleno (lembar kerja 2 terlampir)
- e. Fasilitator kemudian membacakan beberapa pernyataan dan ketentuan yang dibuat, kemudian membuat kesepakatan tentang tata tertib (aturan) yang harus dilaksanakan oleh semua orang (fasilitator, peserta dan panitia) selama kegiatan pelatihan berlangsung

LEMBAR KERJA 2

Nama :

Jenis Kelamin :

Alamat :

Ceritakan apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan selama kegiatan pelatihan berlangsung khususnya di ruang belajar...

Boleh	Tidak boleh
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6. Dst.	6. Dst.

Identifikasi Potensi Diri (Permainan 3)

Permainan ini, bertujuan untuk mengidentifikasi potensi diri dengan menyebutkan kelebihan dan kelemahan yang ada pada diri kita menurut kita sendiri dan menurut orang lain. Mari kita coba lakukan dan kita kenali potensi diri kita masing-masing;

- a. Peserta diminta berkelompok dengan 2 orang, diutamakan yang sudah saling mengenal dengan baik.
- b. Peserta diminta menuliskan kekuatan dan kelemahan dirinya secara jujur dalam kolom lembar kerja yang telah disediakan. (Lembar kerja 3a, dan 3b terlampir).
- c. Peserta diminta saling menuliskan kelebihan dan kekurangan teman yang menjadi pasangannya dalam kelompok.
- d. Setelah itu secara acak, berikan kesempatan untuk memaparkannya dengan catatan mereka tidak boleh tersinggung. Bagi yang tidak bersedia, jangan dipaksakan. Dari lembar kerja tersebut, selanjutnya diskusikan mengapa terdapat perbedaan persepsi antara dirinya dengan orang lain tentang dirinya sendiri?. Bagaimana cara mengatasi perbedaan tersebut?
- e. Jika sudah selesai, Instruktur mencoba membuat rumus Johary window yang intinya ada wilayah terbuka dan tertutup. Jika anda ingin maju dan berkembang, maka harus ada keberanian untuk membuka bagian-bagian yang tertutup.
 - 1) Kuadran 1 : area bebas, diri sendiri tahu orang lain tahu
 - 2) Kuadran 2 : area buta, diri sendiri tidak tahu, orang lain tahu

- 3) Kuadran 3 : area tersembunyi (tidak jujur), diri sendiri tahu, orang lain tidak tahu
- 4) Kuadran 4 : area asing (tidak diketahui), diri sendiri tidak tahu orang lain tidak tahu.

LEMBAR KERJA 3a

(Mengenal diri) :

Nama :

Alamat :

Kekuatan/kelebihan saya (menurut saya)	Kekurangan/kelemahan saya (menurut saya)	
		

LEMBAR KERJA 3b

(Mengenal diri) :

Nama :

Alamat :

Kekuatan/kelebihan saya (menurut orang lain)	Kekurangan/kelemahan saya (menurut orang lain)	
		

LEMBAR KERJA 4

(Praktik Analisis SWOT) :

Nama :

Alamat :

(kekuatan, kelemahan, peluang dan ancaman)

Setelah anda mengetahui diri anda menurut anda dan menurut orang lain, coba buatlah analisis kekuatan, kelemahan, peluang dan ancaman untuk meningkatkan perekonomian rumah tangga (individual)

Faktor Internal (dari dalam diri sendiri)		Faktor eksternal (dari luar dirinya)	
Kekuatan	Kelemahan	Peluang	Ancaman

Dari SWOT yang anda buat tersebut!!

- Apa yang dapat anda simpulkan?
- Apa yang harus anda lakukan agar perekonomian keluarga meningkat?.

Identifikasi Sumber-sumber pendapatan dan Jenis Pengeluaran (LK)

- a. Fasilitator menjelaskan tentang materi yang akan dibahas dan tujuannya yang ingin dicapai.
- b. Fasilitator meminta sumbang saran dari peserta bagaimana pengalamannya selama ini dalam mengelola keuangan didalam keluarga.
- c. Fasilitator menjelaskan bahwa tujuan hidup didalam rumah tangga adalah keluarga sejahtera, aman, dan damai. Namun sering terjadi percekcion didalam keluarga karena uang.
- d. Fasilitator membagi kelompok kecil yang terdiri dari 4 orang
- e. Fasilitator membagikan lembar kerja/identifikasi sumber pendapatan dan jenis pengeluaran keluarga
- f. Fasilitator menjelaskan langkah berdiskusi mengidentifikasi jenis pengeluaran dan sumber pendapatan
- g. Kemuadian masing-masing kelompok memperesentasikan hasil diskusi mereka didalam diskusi pleno.
- h. Seluruh peserta diminta untuk memberikan komentar, pertanyaan dan fasilitator mencatat semua komentar dari peserta.
- i. Fasilitator merivew dan memberi penguatan atas hasil diskusi kelompok
- j. Fasilitator memberikan kesempatan kepada peserta untuk membaca materi manajemen ekonomi rumah tangga berbasis adil jender
- k. Fasilitator mereview materi konsep manajemen ekonomi rumah tangga.
- l. Fasilitator membagikan lembar kerja membuat RAPBRT
- m. Menjelaskan langkah membuat rencana anggaran dan pendapatan keluarga
- n. Peserta membuat rencana anggaran dan pendapatan keluarga
- o. Kemuadian masing-masing kelompok memperesentasikan hasil diskusi mereka didalam diskusi pleno.
- p. Bersama peserta maka fasilitator menyimpulkan tentang kegiatan-kegiatan yang dapat dilakukan untuk peningkatan ekonomi rumah tangga.

Lembar Kerja 5

Ruang Diskusi

Kelompok :

Nama Anggota :

1.
2.
3.
4.

Identifikasi Sumber pendapatan rumah tangga

No.	Sumber Pendapatan	Keterangan
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		
16.		
17.		

Lembar Kerja 6

Ruang Diskusi

Kelompok :

Nama Anggota :

1.
2.
3.
4.

Identifikasi jenis pengeluaran berdasarkan Skala Prioritas

No.	JENIS PENGELUARAN	Skala Prioritas		
		Primer	Skunder	Tersier
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				

1.

Lembar Kerja 8 a
Rencana Anggaran dan Pendapatan Rumah Tangga

NAMA :

ALAMAT :

NO	URAIAN	PER BULAN	SALDO
I	PENDAPATAN		
1	Pendapatan dari suami		
2	Pendapatan dari istri		
3	pendapatan dari anggota keluarga yang lain		
4	Hasil Usaha (Keuntungan usaha jualan es, bubur, serabi, jasa, salon)		
5	Pendapatan lain-lain		
6	Uang bayar sewa tanah, rumah atau aset lainnya		
	uang hasil sewa tanag, kebun, ladang		
TOTAL PENDAPATAN			
II	PENGELUARAN		
	Kebutuhan Pokok		
1	Beras		
2	Lauk Pauk		
3	Sayur Mayur		
4	Sembako lainnya		
	Sumber Energi		
1	Gas LPG		
2	Biaya Listrik		
3	Biaya Air		
4	Bensin		
5	Service Kendaraan		
6	Transportasi Umum		
	Kebersihan (Peralatan Mandi, sabun, deterjen, dll)		
	Kebutuhan Perawatan diri (Pribadi)		
	Pendidikan		
1	Baya Sekolah		
2	Biaya Kuliah		
	Biaya Kesehatan		
	Biaya Rekreasi		
	Biaya Tak Terduga		
	Iuran Dana Sosial		

	BPJS		
	Tabungan/Investasi		
	Kredit Motor		
	Kredit Mobil		
	Pengeluaran Lainnya		
TOTAL PENGELUARAN			

LEMBAR KERJA 8b
 FORMAT PENYUSUNAN
 ANGGARAN PENDAPATAN DAN BELANJA RUMAH TANGGA

NO	URAIAN	JUMLAH
I	Pendapatan	
II	Pengeluaran	
	- Pengeluaran Kewajiban	
	- Pengeluaran Kebutuhan Wajib	
	- Pengeluaran Lainnya	
	- Dana Sosial dan Pengeluaran Tak Terduga	
Selisih lebih/kurang (Tabungan)		

Manajemen Waktu (LK)/ individu

- a. Fasilitator menjelaskan materi yang akan dibahas, dan tujuan yang ingin dicapai.
- b. Fasilitator meminta sumbang saran dari peserta bagaimana pengalamannya selama ini dalam mengelola waktu.
- c. Fasilitator meminta peserta untuk membaca materi tentang manajemen waktu sambil fasilitator membagikan spidol dan lembar kerja
- d. Fasilitator menjelaskan langkah-langkah mengerjakan lembar kerja
- e. Kemudian fasilitator mempersilahkan peserta untuk menuliskan kegiatan yang dilakukan mulai yang dimulai dari pagi, siang, sore dan malam harinya di dalam lembar kerja.
- f. Mintalah 4-5 orang peserta untuk mempersentasikan tugasnya.
- g. Seluruh peserta diminta untuk memberikan komentar, pertanyaan dan fasilitator mencatat semua komentar dari peserta.
- h. Pada waktu yang masih tersisa, maka fasilitator meminta sumbang saran dari peserta, kegiatan-kegiatan yang dapat menambah pendapatan dalam keluarga.
- i. Bersama peserta, fasilitator menyimpulkan dan memberi penguatan dari tugas yang dibuat.

Lembar Kerja 9. Jadwal Harian

MENYUSUN KEGIATAN SEHARI-HARI

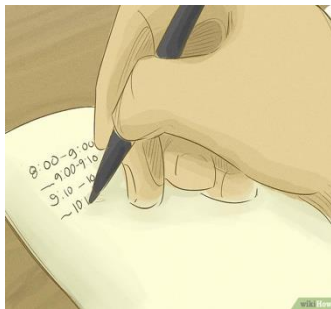


Pada bagian ini, kita akan membahas tentang bagaimana anda membuat jadwal kegiatan sehari-hari. Rutinitas setiap orang berbeda dan tidak sama, akan tetapi supaya semuanya terkelola secara baik dan kita bisa mengatur semua pekerjaan dan aktivitas yang kita lakukan setiap hari, maka kita perlu membuat jadwal kegiatan harian supaya semua pekerjaan dan

program yang direncanakan bisa berjalan secara efektif dan dapatkan hasil yang maksimal.

Cara membuat jadwal harian

Kadang, karena kita kurang baik dalam mengelola waktu kita, sering kali kita merasa kewalahan dalam menghadapi atau menyelesaikan tugas-tugas harian kita, dalam kondisi seperti ini, maka kita penting untuk membuat jadwal kegiatan harian untuk membantu supaya kita bisa bekerja secara lebih efektif dan produktif. Biasakan diri membuat catatan, atau sebenarnya pada Handpone yang ada saat ini, sudah menyediakan fitur/fasilitas untuk memudahkan kita dalam membuat catatan agenda harian tanpa harus membuat buku catatan yang kadang ribet dan sering sekali tertinggal atau hilang. Berikut beberapa cara membuat jadwal kegiatan harian yang bisa dijadikan sebagai rujukan:



1. Buatlah catatan kegiatan rutin yang dilakukan setiap hari, juga dengan durasi waktu, misalkan mulai dari saat anda bangun tidur, sholat, mandi, mencuci pagi, berbelanja, menjawab WA, mengerjakan pekerjaan rumah dan menyelesaikan tugas rutin lainnya. Buatlah rencana kegiatan selama satu minggu, kemudian catat di buku atau di Notpad/Kalender Handpone anda.
2. Buatlah agenda dengan menggunakan alat aplikasi yang menurut anda bisa memudahkan anda dalam menggunakan dan mengecek agenda kegiatan anda. Apabila anda tidak terlalu suka dengan menggunakan kertas karena merasa ribet, maka gunakanlah fasilitas atau aplikasi yang ada di Handphone anda, akan tetapi apabila anda berfikir bahwa dengan menulis dikertas anda merasa sangat terbantu dan bisa lebih fokus, maka gunakan pensil dan buku atau sticky note lalu tempel di tempat mudah terlihat.

Seiring waktu, anda akan tahu metode mana yang paling cocok dan efektif menurut anda, teruslah lakukan secara terus menerus dan kumpulkan semua catatan kegiatan tersebut, sebagai bahan evaluasi dan perbaikan.
3. Jangan lupa, selain waktu tulislah hari dan tanggal, untuk membantu anda dalam melakukan pencatatan aktivitas-aktivitas yang dilakukan pada hari-hari tertentu, dan menentukan kegiatan prioritas yang akan anda lakukan.
4. Dalam melakukan pengisian kegiatan, maka mulailah dengan mengisi kegiatan yang bersifat rutin dan sudah pasti dilakukan.
5. Siapkan juga waktu untuk bersenang-senang, keluarga dan relaksasi
6. Biarkan 25 Persen waktu anda tanpa kegiatan, supaya saat ada kegiatan mendadak anda bisa menyesuaikan waktu tanpa harus mengganggu pekerjaan rutin anda.

7. Jangan biasakan diri menunda pekerjaan, kerjakanlah sesuai jadwal dan waktu yang sudah anda buat
8. Lakukan evaluasi, dan perbaiki secara terus menerus.

LEMBAR KERJA 9

Isilah tabel Jadwal kegiatan harian dibawah ini, sesuai dengan kegiatan yang biasa anda lakukan setiap hari.

JADWAL KEGIATAN HARIAN

Nama :

Alamat :

HARI/TANGGAL :.....

NO	Waktu/Jam (Wita)	Aktivitas/Agenda	Keterangan
PAGI HARI			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
SIANG HARI			
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
SORE HARI			
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
MALAM HARI			
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			

MATERI I

KONSEP MANAJEMEN PENGELOLAAN EKONOMI RUMAH

TANGGA

Pengertian Manajemen

Manajemen menurut Nikles, McHingh dan Mc Hugh dalam Sutisna (2008) adalah sebuah proses atau upaya yang dilakukan oleh seseorang atau organisasi dalam mencapai tujuan, yang dilakukan melalui serangkaian kegiatan mulai dari perencanaan, pengorganisasian, pengarahan, dan pengendalian semua sumber daya yang dimilikinya. Artinya manajemen adalah sebuah seni mengelola sumber daya baik berupa harta/kekayaan yang ada dan juga pendapatan yang diperoleh untuk mencapai tujuan.

Dalam menjalani hidup baik sebagai individu atau kelompok dalam masyarakat, masing-masing kita pasti memiliki keinginan atau tujuan. Tanpa kita sadari sebenarnya kita saat bicara dengan keluarga, teman atau orang lainnya, kita sering menyebutkan rencana kita untuk melakukan atau mencapai satu tujuan yang diinginkan. Dan untuk menapai tujuan tersebut, maka kita perlu melakukan perencanaan.

Sebagai ilustrasi misalkan “Sepasang suami istri yang baru saja menikah, kemudian berkeinginan untuk menjalani hidup secara mandiri dan membangun rumah tangganya bersama-sama dengan istrinya secara mandiri. Maka baik suami dan istri pasti akan berusaha dengan cara mencari pekerjaan atau membuka usaha supaya memiliki pendapatan (uang) untuk memenuhi seluruh kebutuhan rumah tangganya mulai dari kebutuhan rumah tangga, menyewa rumah, membeli tanah dan atau membangun rumah sendiri, semua kegiatan tersebut harus dibuat perencanaan dan dilakukan evaluasi secara berkala dan berkelanjutan.”

Pengertian Rumah Tangga

Plato dalam Doriza (2015) menyatakan bahwa Keluarga (Rumah Tangga) adalah unit sosial terkecil (pertama) dari sebuah kelompok masyarakat, dimana didalam keluarga setiap orang yang terikat dalam ikatan persaudaraan (hubungan sosial biologis) melalui pernikahan, kelahiran, adopsi dimana mereka menggunakan sumber daya yang ada secara bersama-sama dalam memenuhi kebutuhan, atau mencapai tujuan bersama.

Dalam pengertian yang lain, UU RI No. 10 Tahun 1992 Tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga Sejahter, Keluarga di definisikan sebagai unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri atas suami-istri atau suami-istri dan anak, atau hanya ada ayah dan anak atau ibu dan anaknya. Tujuan manusia membentuk keluarga adalah untuk mencapai

kepuasan (Bryant dalam Doriza 2015). Keluarga yang dibentuk melalui ikatan perkawinan yang sah bertujuan untuk memenuhi kebutuhan spriritual dan materiil secara layak, bagian dari bentuk Ketaqwaan Kepada Tuhan, memiliki hubungan yang serasi dan harmonis, serta seimbang antar anggota keluarga dnegan masyarakat dan lingkungan (UU RI No 10 Tahun 1992).

Dalam konteks ini, yang dimaksud dengan kepuasan sebagai tujuan keluarga adalah tingkat kesejahteraan yang dilihat dari kemampuan seluruh anggota keluarga menikmati hidup secara wajar, terpenuhinya kebutuhan materiil dan spiritual, serta kesempatan bagi seluruh anggota keluarga untuk bisa tumbuh dan mengembangkan bakat, dan potensi yang dimiliki.

Konsep Manajemen Pengelolaan Ekonomi Rumah Tangga

Pengelolaan ekonomi rumah tangga adalah tindakan untuk merencanakan, melaksanakan, memonitor, mengevaluasi, dan mengendalikan seluruh sumber-sumber pebapatan (ekonomi) keluarga khususnya yang berkaitan dengan keuangan mencapi/memenuhi kebutuhan seluruh anggita keluarga secara optimal, stabil dan terus mengalami peningkatan (tumbuh).

Tujuan Manajemen Pengelolaan Ekonomi Rumah Tangga

Penataan ekonomi rumah tangga meliputi alokasi penganggaran uang masuk dan uang keluar dalam rangka memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga. Secara umum manajemen keuangan dalam keluarga bertujuan untuk mewujudkan hal-hal berikut:

1. Perencanaan keuangan secara berkala yang supaya lebih tertata
2. Mendorong keluarga memiliki tabungan
3. Pemanfaatan uang sesuai skala prioritas dan kebutuhan
4. Membuka peluang sumber pendapatan baru
5. Menghindari penumpukan hutang
6. Melakukan audit keuangan keluarga
7. Menyiapkan keuangan di masa tua

Prinsip Dasar Manajemen Pengelolaan Ekonomi Rumah Tangga

Prinsip pengelolaan ekonomi rumah tangga adalah adanya upaya untuk meningkatkan pendapatan dan pengendalian tingkat pengeluaran dalam memenuhi kebutuhan anggota keluarga agar terdapat surplus secara continue diakumulasikan menjadi kekayaan yang semakin besar. Sikap dasar yang diperlukan:

1. Kesadaran dan motivasi yang kuat dari semua anggota keluarga untuk mencapai pertumbuhan dan kehidupan ekonomi yang baik.

2. Menggerakkan seluruh kemampuan dan potensi ekonomi keluarga guna mencapai tingkat pendapatan yang lebih tinggi.
3. Adanya keterbukaan, kejujuran, disiplin serta kerja sama semua anggota keluarga.
4. Adanya pengendalian berupa perencanaan ekonomi rumah tangga dan pelaksanaannya sehari-hari secara taat dan disiplin.
5. Adanya susunan prioritas kebutuhan dan alokasi sumber ekonomi keluarga yang didasarkan atas tingkat kemendesakkan kebutuhan dan bukan sekedar keinginan.

Unsur-Unsur Dalam Manajemen Pengelolaan Ekonomi Rumah Tangga

Dalam mengelola ekonomi rumah tangga, diperlukan unsur-unsur penting, yaitu sebagai berikut:

1. *Pendapatan Keluarga*

Tidak mudah menghitung pendapatan apalagi bagi keluarga yang tidak mempunyai pendapatan yang tetap seperti misalnya petani. Apalagi pendapatan itu acapkali dalam satuan waktu panen, berupa hasil pertanian yang harganya berubah-ubah. Dalam hal seperti ini perhitungannya harus disesuaikan dengan nilai rupiah secara bulanan.

Menghitung pendapatan keluarga artinya: menjumlah semua penghasilan yang diperoleh oleh semua anggota keluarga dari berbagai jenis sumber. Kesulitan timbul bilamana tidak semua anggota keluarga menyetorkan penghasilannya kepada seorang pengelola, biasanya istri/ibu rumah tangga. Istilahnya 'uang laki-laki' adalah bagian atau jenis penghasilan suami yang tidak disetor atau jenis penghasilan suami yang tidak disetor kepada istri dan tentunya tidak tercatat.

2. *Rencana pengeluaran*

Seorang istri membelanjakan penghasilan umumnya dengan 'naluri' atau 'perhitungan di luar kepala'. Praktek yang dapat terjadi adalah tanpa perhitungan sehingga tekor dan terpaksa diatasi dengan mencari utangan atau, gali lobang tutup lobang. Langkah pertama perencanaan anggaran belanja adalah menyusun berbagai jenis kebutuhan keluarga dalam urutan prioritas, yaitu sebagai berikut:

- a. Kebutuhan yang mutlak: makan, pakaian, perumahan, kesehatan, pendidikan, transport.
- b. Kebutuhan yang penting: pembayaran utang/angsuran kredit, olahraga, hiburan dan rekreasi keluarga, hajat, sumbangan/undangan, gotong royong, arisan, pajak, zakat, fitrah, sodakoh, sumbangan amal.
- c. Kebutuhan yang perlu: peningkatan mutu dari berbagai kebutuhan yang mutlak dan yang penting.

- d. Kebutuhan yang kurang perlu: pengeluaran untuk kesenangan, hobi (rokok, minuman) atau pembelian barang dan jasa yang tidak terlalu diperlukan. Kemudian, jumlah penghasilan keluarga dialokasikan menurut golongan dan urutan prioritasnya, tentu saja setelah dikurangi dengan tabungan yang secara disiplin disisihkan terlebih dahulu.

3. *Pencatatan dan Monitoring*

Tidak ada manfaatnya menyusun rencana kalau tidak secara disiplin dilaksanakan. Bila seorang ibu pergi ke pasar untuk masak sayur asem, maka dia telah ingat betul apa yang harus dibeli untuk keperluan itu. Namun jika tidak disiplin sampai di depan pasar ia melihat orang jual sandal yang bagus, uang belanja dibelikan sandal dan bahan sayur asem tidak terbeli lagi, sedangkan sandal tidak dapat dibuat menjadi sayur asem.

Disiplin melaksanakan rencana dan mencatat sama saja dengan memonitor upaya mencapai tujuan. Berbagai penyimpangan dapat saja terpaksa dilakukan karena keadaan yang berubah atau rencana yang kurang cocok. Namun, kalau terlalu jauh, sama saja dengan tidak ada rencana. Mencatat dan memonitor dimaksudkan untuk memperoleh data guna melakukan evaluasi, apakah suatu rencana dapat dilaksanakan; apa penyimpangannya; seberapa jauh; mengapa bisa terjadi; dan bagaimana memperbaikinya.

4. *Menabung*

Menabung bukanlah semata perkara penyimpanan uang atau benda ekonomi lain yang dapat disimpan untuk penggunaan kemudian. Ada dasar sikap dan perilaku manusia dibaliknya. Banyak orang menganggap, hanya mereka yang memiliki penghasilan besar dapat menabung. Orang miskin tidak mungkin menabung, karena untuk memenuhi kebutuhan pokok saja tidak cukup. Pandangan itu terlalu matematis. Disamping itu tidak benar dan juga menyesatkan karena akan membelenggu mereka yang miskin tetap berada dalam kemiskinan secara permanen.

5. *Musyawahah Keluarga*

Sangat jarang keluarga memiliki tradisi musyawarah, apalagi yang didayahgunakan untuk tujuan ekonomi. Musyawarah keluarga, dilakukan tidak hanya antara suami dan istri, tetapi juga anak-anak yang telah dapat mengerti. Bila dalam satu keluarga besar ada orang tua atau saudara yang menjadi tanggungan, mereka perlu diikut sertakan dalam

musyawarah. Musyawarah terutama bertujuan untuk menyusun rencana keuangan bulan berikutnya dan mengevaluasi pelaksanaan rencana anggaran bulan sebelumnya, memperbaiki kesalahan dan memecahkan masalah-masalah yang timbul dalam kehidupan ekonomi keluarga.

Cara Mengelola Keuangan Saat Pasangan Berhenti Bekerja

Mengelola keuangan keluarga saat pasangan berhenti bekerja tentu sulit. Agar Anda tidak terjebak dalam masalah keuangan bersama pasangan, maka perlu cara untuk mengatur keuangan ketika pasangan berhenti bekerja. adapun caranya adalah sebagai berikut :

1. Lakukan Revisi dari Rencana Pengeluaran Bulanan
2. Siapkan Proteksi Keuangan dan Dana Darurat
3. Investasi untuk Jangka Panjang
4. Evaluasi Pinjaman
5. Proteksi Penghasilan Tulang Punggung
6. Opsi untuk Bekerja Paruh Waktu

6 (ENAM) TIPS DALAM MERENCANAKAN KEUANGAN KELUARGA

Menurut Jacqueline Newman, seorang ahli finansial dalam risetnya menemukan bahwa 35 % pertengkaran dalam rumah tangga (suami dan istri) di picu oleh masalah ekonomi (uang), sumber lain juga sebagaimana di kutip dari Family & Consumer Issues Forum menyebutkan bahwa 39 % pertengkaran yang terjadi dalam pasangan rumah tangga dipicu oleh persoalan keuangan.

6 (enam) tips mengelola keuangan rumah tangga, sebagaimana di kutif dalam blog halofina (<https://blog.halofina.id/merencanakan-keuangan-keluarga/>) adalah sebagai berikut:

1. Selalu terbuka pada pasangan
Kesepakatan untuk menjalani dan terikat hubungan pernikahan tidak hanya sekedar pernyataan bersama, akan tetapi juga ada konsekuensi soal bagaimana menjalani kehidupan secara bersama-sama kedepan. Setiap hal atau keputusan apapun yang akan diambil dan dilakukan oleh masing-masing pasangan akan berdampak juga pada pasangannya. Untuk itu penting untuk selalu terbuka kepada pasangan masing-masing termasuk juga yang berkaitan dengan keuangan.
2. Berbagi Peran Dengan pasangan
Kalau semua hal dilakukan dengan penuh keterbukaan, maka tahap selanjutnya adalah bagaimana berbagi peran dengan pasangan terkait dengan pembuatan perencanaan

keuangan keluarga. Kesepakatan ini biasanya berkaitan dengan dua hal, pertama bagi pasangan yang sama-sama bekerja perlu bikin kesepakatan apakah penghasilan akan di gabung, dipisah atau bagaimana?, meski gak ada aturan dan ketentuan baku, akan tetapi hal ini penting untuk dibicarakan; Kedua terkait dengan aspek bagaimana peran masing-masing, siapa bertanggung jawab apa, perlu ada pengaturan tanggung jawab yang jelas dalam perencanaan dan pengelolaan keuangan. Misalkan istri bertanggung jawab dalam urusan pengelolaan keuangan rumah tangga yang berkaitan dengan kebutuhan rutin termasuk pendidikan anak, sementara suami bertanggung jawab untuk mengelola pengeluaran yang besar seperti cicilan rumah, kendaraan, kebutuhan investasi masa depan dan lainnya.

3. Buat Anggaran Keuangan Bersama

Penyusunan rencana anggaran secara bersma-sama penting untuk dilakukan sebagai bagian dari keterbukaan antar pasangan, dan juga berkaitan dengan bagaimana peran masing-masing pasnagan. Alasan kenapa harus membuat anggaran:

- a. Jumlah pendapatan yang terbatas dibandingkan dengan jumlah kebutuhan yang tidak terbatas, sehingga perlu ada alokasi anggaran yang disesuaikan dnegan kebutuhan dan juga kemampuan kita sendiri
- b. Untuk menentukan skala prioritas, untuk membedakan mana kebutuhan (nned) dan keinginan (wants), sehingga mana yang harus didahulukan dan mana yang bisa di tunda
- c. Menjadi bahan atau media evaluasi antara apa yang sudah di rencanakan dengan apa yang bisa di realisasikan, sebagai bahan perbaikan dalam penyusunan rencana anggaran berikutnya
- d. Sebagai acuan dalam menentukan rasio antara berapa jumlah pendapatan yang digunakan untuk memenuhi kebutuhan dan berapa jumlah yang dialokasikan untuk saving atau investasi yang bisa disisihkan

4. Buat Target Keuangan Jangka Pendek dan Jangka Panjang

Proses perencanaan keuangan keluarga tidak hanya berhenti sampai di rencana anggaran, pasangan suami istri masih harus berdiskusi membicarakan mengenai target keuangan jangka pendek dan jangka Panjang yang ingin di capai. Pada bagian ini kemudian pasnagan harus membuat daftar kebutuhan berdasarkan prioritas mulai yang paling penting sampai yang tidak penting.

5. Lakukan Investasi terencana Secara Berkala

Besaran jumlah kebutuhan semakin hari akan tetntu juga semakin besar, mengikuti perubahan banyak faktor misalkan jumlah tanggungan, kebutuhan, harga dan juga lainnya. Untuk itu, maka hal ini harus bisa diantisipasi dengan cara menyisihkan sebagian pendapatan yang didapatkan untuk dialokasikan/investasikan ke barang atau sesuatu yang produktif secara berkala untuk memenuhi berbagai kebutuhan masa depan seperti Biaya buat rumah, biaya pendidikan anak, Haji, liburan keluarga dan lainnya.

6. **Komitmen Menjalankan, Mencatat dan Evaluasi Secara Berkala**

Hal terakhir dan juga sangat penting dalam membuat percanaan pengelolaan keuangan rumah tangga adalah komitmen bersama kedua pasangan untuk menjalankan rencana yang sudah ditetapkan secara bersama-sama, termasuk didalamnya adalah mencatat dan mengevaluasi secara berkla rencana yang sudah dibuat dan bagaimana realisasi anggaran keuangan keluarga yang sudah dilakukan.

MATERI II

MANAJEMEN WAKTU

Untuk memenuhi setiap rencana atau tugas, keputusan untuk manajemen waktu sangat dibutuhkan, dari beberapa menit, hingga beberapa tahun. Maka dari itu, hal khusus dalam sebuah perencanaan adalah manajemen waktu. Waktu adalah salah satu sumber daya yang tidak bisa direproduksi dan tidak dapat diambil alih. Manajemen waktu di dalam sebuah perencanaan kegiatan merupakan suatu teknik untuk mengatur dan meningkatkan penggunaan waktu secara efektif. Untuk lebih jelasnya, simak hal-hal dasar mengenai manajemen waktu di bawah ini.

Pengertian

Kemampuan untuk fokus dan memprioritaskan sebuah tugas adalah kunci bagi siapapun yang ingin mempertahankan produktivitas di manapun. Masing-masing dari kita tentunya memiliki tugas-tugas yang ingin dan harus dikerjakan dalam beraktivitas sehari-hari. Untuk mencapai target dari tugas-tugas yang dikerjakan, kita harus paham mengenai manajemen waktu. Manajemen waktu adalah suatu proses untuk melakukan kontrol atas waktu dengan batas tertentu untuk melakukan tugas tertentu. Manajemen waktu adalah kemampuan untuk merencanakan dan menggunakan waktu semaksimal mungkin.

Sifat waktu

Waktu adalah perkembangan keberadaan dan peristiwa dari masa lalu ke masa depan. Berikut adalah karakteristik dari waktu;

1. Tidak disengaja
Waktu sering kali dideskripsikan sebagai dimensi keempat dari panjang, lebar dan tinggi. Tidak seperti dimensi lainnya, berjalannya waktu adalah ketidaksengajaan. Secara teori, kamu bisa berhenti di satu titik luar angkasa, dan berdiri di sana sementara planet bumi tetap berputar.
2. Tidak dapat diubah
Waktu terjadi sebagai urutan kejadian yang tidak dapat diubah sehingga begitu sesuatu terjadi, sesuatu itu tidak bisa tidak terjadi. Ada hubungan di antara kejadian yang disebut sebab akibat yang mana sesuatu di masa lampau mempengaruhi apa yang terjadi di masa sekarang, namun hal yang terjadi di masa depan tidak dapat mempengaruhi masa lampau.
3. Sesuatu yang dibutuhkan
Waktu adalah suatu hal yang menjadi persyaratan agar segala sesuatu terjadi. Dengan kata lain, tidak ada yang terjadi dalam sekejap tanpa perkembangan waktu.

4. Dapat dihitung

Waktu dapat diukur dengan satuan yang disebut detik. Waktu adalah pengukuran yang penting untuk hampir setiap pekerjaan manusia termasuk sains, seni, bisnis dan kegiatan sehari-hari.

5. Waktu yang mutlak

Waktu yang mutlak adalah gagasan bahwa waktu konstan di seluruh alam semesta untuk semua pengamat. ini adalah dasar untuk sistem fisika yang dikemukakan oleh Sir Isaac Newton yang dikenal sebagai Hukum Newton.

Karakteristik manajemen waktu yang sukses

1. Evaluasi

Luangkan beberapa hari untuk mencatat waktu yang telah digunakan untuk mengerjakan tugas sehari-hari. Tentukan apa yang ingin dicapai, kemudian tandai aktivitas yang tidak termasuk dalam kategori tersebut.

2. Rencana dan prioritas

Luangkan waktu di awal hari dan di malam hari setiap hari untuk membuat rencana dengan memprioritaskan tugas berdasarkan tujuan yang ingin dicapai.

3. Eliminasi pencurian waktu

Hapus gangguan-gangguan yang mengganggu produktivitas keseharian kamu. Jadwalkan beberapa waktu untuk menjawab email, membalas panggilan telepon atau sms. Kecuali jika ada panggilan darurat terjadi. Hal ini untuk menghindari gangguan oleh panggilan dan pesan yang datang sepanjang hari. Hindari juga menyelam ke dalam media sosial di saat jam kerja. Kurangi mengobrol dengan rekan kerja supaya tujuan yang ingin kamu capai bisa terwujud.

4. Delegasi

Jika ada proyek yang besar, delegasikan tugas kepada bawahan atau rekan kerja. Hal ini memungkinkan rekan kerja atau bawahan kamu mempelajari keterampilan baru, selain itu hal ini juga tidak akan menghabiskan waktu kamu seharian. Jika ada rekan kerja atau bawahan yang siap membantu, jangan tolak, terima bantuan tersebut untuk menghemat waktu.

5. Katakan tidak

Belajarlah untuk mengatakan tidak dengan cara yang sopan. Hal ini berlaku untuk menolak pekerjaan atau aktivitas tambahan yang tidak sesuai dengan tujuan kamu. Bergabung dengan teman-teman hanya karena merasa tidak enak dapat menghabiskan waktu berharga kamu yang lebih baik digunakan untuk mengerjakan tugas-tugas penting.

6. Rehat

Beristirahat merupakan hal yang penting bagi setiap manusia. Buatlah jadwal untuk beristirahat dan menjernihkan pikiran. Rencanakan olahraga yang teratur dan masukkan ke dalam rutinitas harian atau mingguan kamu supaya tetap sehat dan bugar. Berhentilah bekerja jika sudah merasa lelah, jangan sampai pekerjaan juga memakan waktu istirahat kita yang berharga.

Dampak manajemen waktu yang buruk

Tampaknya bagi manusia, waktu dalam sehari saja tidak cukup untuk mengerjakan berbagai macam tugas dalam sehari. Sebetulnya, dengan kemajuan teknologi saat ini, seharusnya manusia menjadi lebih produktif secara umum. Namun, ada beberapa situasi di mana kecanggihan teknologi ini menghambat produktivitas, yaitu ketika manusia tidak bisa memanfaatkan teknologi dengan benar. Jika seseorang tidak bisa memajemen waktu dengan baik, ada beberapa dampak buruk yang terjadi diantaranya;

1. Penundaan

Apakah kamu sering menunda-nunda pekerjaan kamu? Atau malah kamu sulit untuk memulai suatu pekerjaan? Sebetulnya, hanya diperlukan langkah kecil untuk mendapatkan motivasi dalam menyelesaikan pekerjaan. Contohnya, jika kamu ingin pergi ke tempat gym untuk berolahraga, yang kamu lakukan hanyalah perlu berjalan keluar. Ketika sekali kamu memulai, pastikan kamu menyelesaikan pekerjaan tersebut.

2. Kurang tidur

Ketika kamu tidak bisa memajemen waktu dengan baik, kamu pasti akan mengalami jadwal tidur yang berantakan. Tentunya hal ini akan berdampak pada kesehatan kamu. Selain itu, jika tidur kamu tidak cukup bisa menyebabkan terhambatnya aktivitas dan kamu menjadi kurang fokus. Cobalah untuk menjadwalkan pekerjaan mu, jika sudah waktunya untuk tidur, jangan ditunda. Pertahankan jadwal tidur yang konsisten.

3. Mengonsumsi makanan yang tidak sehat dan kurang berolahraga

Alasan umum bagi sebagian banyak orang untuk tidak berolahraga adalah tidak mempunyai waktu yang cukup. Padahal sebetulnya itu hanyalah manajemen waktu yang kurang baik. orang-orang yang tidak memajemen waktu dengan baik juga cenderung makan makanan instan yang tentunya tidak baik untuk tubuh dalam jangka panjang. Jika kamu tidak merawat tubuh kamu, pikiran kamu akan mudah lelah dan kemungkinan besar kamu tidak akan mendapatkan manfaat dari waktumu.

4. Kurang berenergi

Jika kamu merasa tidak fokus dan tidak bersemangat, itu merupakan tanda-tanda kamu kurang memanfaatkan waktu dengan baik. Evaluasi apa saja kegiatan yang kamu lakukan dalam sehari ketika di malam atau di pagi hari. Dengan begitu kamu akan kembali fokus dan bersemangat untuk mencapai tujuan yang kamu inginkan.

5. Tidak tepat waktu

Tidak tepat waktu merupakan salah satu akibat dari manajemen waktu yang buruk. Jika kamu datang terlambat atau pergi lebih awal dari kantor, kamu mungkin meninggalkan hal-hal yang produktif di sana. Selain itu, penting untuk menyamakan jadwal dengan rekan kerja jika kamu bekerja bersama orang lain.

6. Terburu-buru

Apakah kamu sering mengerjakan pekerjaan dengan terburu-buru? Kamu mungkin menentukan tenggat waktu yang tidak realistis atau tunduk pada komitmen yang berlebihan. Cobalah untuk mengatur waktu dengan baik, jangan katakan 'ya' dengan semua rencana yang ada.

7. Disorganisasi

Kamu mungkin merasa bahwa diri kamu tidak teratur. Seperti tidur di pagi hari dan bekerja di malam hari, atau mungkin kamu terlalu lama berselancar di media sosial sehingga memakan waktu pekerjaan atau waktu tidur kamu. Hal-hal seperti itu dapat memperburuk manajemen waktu kamu, cobalah catat pekerjaan yang ingin kamu kerjakan dan tentukan waktu pengerjaannya supaya waktu sehari-harimu tetap teratur.

8. Waktu kerja dan hidup yang tidak seimbang

Apakah kamu terlalu banyak bekerja? Atau terlalu banyak bersenang-senang di luar? Jika iya, berarti kamu memiliki manajemen waktu yang buruk. Tidak ada salahnya untuk bersenang-senang, namun jangan lupa juga pekerjaan atau tujuan yang ingin kamu capai. Coba manajemen waktu mu dengan kerja dan kehidupan yang seimbang sehingga kamu merasa akan lebih produktif setiap harinya.

9. Multitasking

Salah satu tanda jika manajemen waktu kamu buruk adalah *multitasking*. Ketika kamu sedang mengerjakan satu pekerjaan dan fokus kamu teralihkan ke pekerjaan lain, cobalah untuk tidak teralihkan. Hal ini akan menimbulkan pekerjaan yang tidak selesai dengan baik dan menghambat produktivitas.

Manfaat manajemen waktu

Mengelola waktu dengan baik memungkinkan seseorang untuk melakukan pekerjaan yang benar dan waktu yang tepat. Manajemen waktu memiliki peran penting dalam kehidupan pribadi maupun profesional seseorang. Berikut beberapa manfaat manajemen waktu.

1. Manajemen waktu membuat seseorang menjadi tepat waktu dan disiplin.
2. Manajemen waktu membuat seseorang menjadi lebih rapi atau terorganisir.
3. Manajemen waktu meningkatkan moral seseorang dan menjadi lebih percaya diri.
4. Manajemen waktu bisa mengurangi kadar stres dan kecemasan.

MATERI III

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT EKONOMI/KONSUMSI RUMAH TANGGA

Pola konsumsi merupakan suatu susunan kebutuhan seseorang terhadap barang dan jasa yang akan dikonsumsi berdasarkan pendapatan dalam jangka waktu tertentu. Perlu diketahui pola konsumsi seseorang berbeda dengan orang lainnya. Hal ini tergantung dari besarnya pendapatan seseorang.

Seseorang juga akan menyusun kebutuhan konsumsinya berdasarkan prioritas yang pokok kemudian sekunder. Seperti misalnya kebutuhan pokok adalah kebutuhan untuk makan, pendidikan, dan kesehatan. Sedangkan yang termasuk ke dalam kebutuhan sekunder adalah hiburan dan rekreasi.

Sehingga ketika pendapatan seseorang tersebut mengalami penurunan, maka orang tersebut akan memangkas kebutuhan sekundernya kemudian memprioritaskan untuk memenuhi kebutuhan konsumsi pokok terlebih dahulu. Hal ini akan menekan kebiasaan melakukan pola konsumsi yang berlebihan. Karena pada dasarnya perilaku konsumtif akan menimbulkan efek negatif yang tidak baik bagi kondisi perekonomian seseorang. Sementara faktor yang mempengaruhi kegiatan konsumsi, diantaranya:

Tingkat Kekayaan/Pendapatan

Penghasilan berpengaruh besar terhadap tingkat konsumsi seseorang. Semakin besar penghasilan seseorang maka orang tersebut akan mengkonsumsi lebih banyak barang atau jasa, begitu juga sebaliknya.

Tingkat Pendidikan

Pendidikan sangat mempengaruhi pola pikir seseorang dalam melakukan kegiatan konsumsi. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, umumnya tingkat konsumsinya juga akan semakin tinggi, begitu juga sebaliknya.

Tingkat Upah

Tingkat upah menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengeluaran/konsumsi rumah tangga, karena semakin besar upah yang diterima oleh seseorang, maka akan semakin besar pula daya belinya. Namun, sebaliknya jika pendapatan seseorang semakin kecil, maka akan semakin kecil juga kemampuan membeli atau menggunakan jasa.

Jenis Kelamin

Faktor yang mempengaruhi konsumsi yang ke lima adalah jenis kelamin, barang atau jasa yang dibutuhkan antara pria dan wanita pasti berbeda, sebagai contoh adalah wanita akan lebih banyak membutuhkan kosmetik daripada pria, dan lain sebagainya.

Jumlah Tanggungan

Faktor yang mempengaruhi konsumsi yang ke empat adalah jumlah anggota keluarga. Semakin banyak jumlah anggota keluarga tentu konsumsinya akan semakin banyak pula, dan semakin sedikit jumlah anggota keluarga maka barang/jasa yang dibutuhkan juga semakin sedikit.

Tingkat Harga

Harga barang dan jasa dapat mempengaruhi tingkat konsumsi seseorang. Semakin tinggi harga barang dan jasa, maka tingkat konsumsi akan semakin rendah, dan begitu juga sebaliknya.

Kebiasaan dan Budaya

Di Indonesia adat istiadat dijunjung setinggi mungkin demi menghormati para pendahulunya. Karena itu juga adat istiadat maupun kebiasaan ini sangat berpengaruh terhadap seseorang. Seperti contohnya, salah satu adat istiadat yang biasa dilakukan seperti untuk upacara ritual yang menggunakan bahan-bahan makanan tentu akan sangat berpengaruh terhadap konsumsi.

Lalu, kebiasaan masyarakat yang sering melakukan pesta dan berkumpul bersama-sama tentu tingkat konsumsinya akan meningkat dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki kebiasaan tersebut.

Gaya Hidup

Tidak jarang kita temui, ada banyak individu yang memiliki gaya hidup konsumtif. Perilaku konsumtif ini tidak hanya terjadi pada orang-orang yang memiliki tingkat pendapatan yang tinggi tetapi juga pada orang-orang berpendapatan rendah. Konsumen yang konsumtif percaya bahwa dengan gaya hidup yang menunjukkan personal branding yang lebih berkelas karena memiliki kemampuan dalam membeli barang ekonomi.

REFLEKSI DIRI

Untuk mengetahui sejauh mana tujuan pelatihan dapat tercapai atau tidak, sejauh mana peserta memahami dan memperoleh manfaat dari pelatihan yang diikuti, maka dilakukan evaluasi dan refleksi.

1. Apa pelajaran yang anda dapatkan selama kegiatan pelatihan ini.
2. Apa saran Anda untuk perbaikan pelatihan yang akan datang?
3. Ceritakan pengalaman bapak/ibu selama mengikuti kegiatan ini!!!

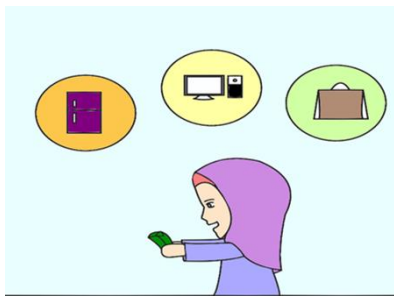
Nama :

Alamat :

Apa yang bapak/ibu pelajari dari kegiatan ini?	Apa manfaat kegiatan ini untuk bapak/ibu?
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-

COVER STORY

BELAJAR DARI CERITA IBU INTAN



Dalam satu artikel yang di unggah di salah satu akun media sosial, yang menceritakan tentang Pengalaman Seorang Wanita bernama Ibu Intan. Seorang perempuan yang berasal dari salah satu Desa di Wilayah Kabupaten Lombok Timur. Dimana Ia berhasil mengelola pendapatan dan keuangan rumah tangganya yang terbatas, untuk memenuhi kebutuhan seluruh anggota yang ada dalam rumah tangganya.

Ibu Intan bercerita bahwa, Pendapatan keluarganya bersumber dari Gaji Honor suaminya yang bekerja sebagai Guru Honor di salah satu sekolah Swasta, ditambah pendapatan Ibu Intan sendiri dari usaha membuat jajan basah, secara total jumlahnya rata-rata sebulan mencapai 2.7 juta rupiah. Selain Ia dan suaminya, Ibu Intan juga memiliki dua orang anak, yang paling besar baru duduk di kelas 5 Sekolah Dasar, dan yang kedua baru masuk usia 3,5 Tahun.

Dalam laman akun instagramnya, Ibu Intan menunjukkan rencana pengeluaran bulanan. Ia membagi pengeluaran pokok dalam tiga bagian yakni pengeluaran kewajiban, kebutuhan wajib dan kebutuhan lain. Untuk pengeluaran kewajiban Ibu Intan mematok uang sebesar Rp. 1.550.000 dengan rincian biaya cicilan rumah, listrik, air, Biaya Sekolah anak serta pulsa dirinya dan suami. Sementara untuk pengeluaran kebutuhan wajib termasuk biaya belanja bulanan hingga makan, Ibu Intan mengalokasikan dana sebesar Rp. 790 ribu. Sedangkan, kebutuhan lain senilai Rp. 190 ribu yang digunakan sebagai biaya jajan anak serta bensin. Bahkan dari total pengeluaran ini, Intan dapat menyisihkan uang Rp. 170 ribu untuk bersedekah hingga dana darurat.

Dari awal menikah Intan sudah membiasakan menghitung anggaran keluarganya. Ia bercerita saat awal menikah dulu, sempat terlilit utang meminjam uang di Salah satu Koperasi (Bank Rontok) sampai dengan tahun 2017 akhir keluarganya masih terus terlilit hutang. "Dulu saat awal menikah, pendapatan masih belum stabil, hanya suami yang bekerja, sementara saya hanya mengurus rumah tangga, kemudian saat mau punya anak untuk memenuhi kebutuhan persiapan melahirkan, susu dan lainnya terpaksa utang, terus buat nutup utang saya ambil utang lagi karena kan tidak ada" jelasnya. Barulah pada tahun 2018 iya membulatkan tekad untuk tidak utang. Satu diantara hal yang menjadi sorotan adalah anggaran Rp850 ribu yang digunakan untuk kebutuhan rumah. Ternyata anggaran tersebut digunakan untuk menyicil di

KPR. Kalau disederhanakan dengan menggunakan format table, maka pencatatan pengelolaan keuangan rumah tangga ibu intan akan tampak seperti table di bawah ini;

**ANGGARAN PENDAPATAN DAN BELANJA RUMAH TANGGA
(APBRT)IBU INTAN PER BULAN**

NO	URAIAN	JUMLAH
I	Pendapatan	
1	Honor Suami Sebagai Guru	1.200.000,-
2	Pendapatan Istri hasil jualan jajan	500.000,-
	Jumlah Pendapatan	2.700.000,-
II	Pengeluaran	
	Pengeluaran Kewajiban	1.550.000
	- Biaya cicilan rumah	
	- Biaya Listrik	
	- Biaya Air	
	- Biaya Anak Sekolah	
	- Biaya Pulsa dirinya dan suami	
	Pengeluaran Kebutuhan Wajib	790.000,-
	- Belanja Beras dan Kebutuhan Dapur	
	- Belanja Bulanan Kebutuhan lainnya	
	Pengeluaran Lainnya	190.000,-
	- Biaya Jajan Anak	
	- Biaya Bensin dan transportasi	
	Dana Sosial (sedekah) dan Pengeluaran Tak Terduga	170.000,-

Ekonomi Keluarga Pak Mahmud

Pak Mahmud adalah seorang kepala rumah tangga dengan memiliki 1 istri dan 3 orang anak. Pak Mahmud kesehariannya adalah seorang tenaga kerja lepas dimana pekerjaannya akan bisa dikerjakan apabila ada memberikan pekerjaan setiap hari bahkan tidak jarang Pak Mahmud bekerja sebagai buruh angkut di pasar dekat tempat tinggalnya. Penghasilan yang diterima Pak Mahmud tidak menentu untuk setiap harinya. Apabila di rata-ratakan, Pak Mahmud menerima penghasilan sebesar Rp. 35.000 setiap hari. Karena kecilnya pendapatan Pak Mahmud tidak jarang terjadi pertengkaran di dalam rumah tangganya karena tidak bisa memenuhi kebutuhan keluarga setiap harinya. Kebutuhan yang harus dipenuhi keluarga Mahmud bukan hanya untuk pokok seperti makan dan minumannya, tetapi juga kebutuhan lainnya seperti biaya kesehatan untuk sekolah anak-anaknya. Karena hal ini sering istri Pak Mahmud kesal kepadanya dan terlihat uring-uringan dan tidak jarang Pak Mahmud dianggap sebagai seorang suami yang tidak bertanggung jawab terhadap keluarganya.

Sebagai seorang kepala rumah tangga yang merasa sudah bertanggung penuh terhadap keluarganya, pak mahmud tidak jarang memberikan perlawanan kepada istrinya karena di anggap tidak bertanggung jawab. Setiap terjadi pertengkaran selalu semakin memanas. Pada suatu ketika istri pak mahmud menyodorkan catatan bon kepadanya dimana bon tersebut adalah bon di warung untuk memenuhi kebutuahn kesehariannya. Dan tidak jarang tagihan bon tersbut memaksanya untuk melakukan pinjaman kepada orang lain demi menutupi tagihan bon sebelumnya. Untuk mencukupi kebutuhannya pak mahmud berusaha untuk melakukan pekerjaan sampingan lainnya dengan menghasilkan penghasilan tetap sebesar Rp. 25.000,- setiap kali bekerja. Namun hal tersbut tidak lantas mampu memenuhi kebutuhanya.

Belasan tahun pak mahmud dan ibu fatimah membawanya hidup bersama dalam kemiskinan. Ingatan itu membuat hatinya iba, amarahnya menjadi surut, mengalah, dan mulai bicara lembut kepada isterinya. Begitulah biasanya akhir dari pertengkaran.

Saat badai telah berlalu, hati mereka bertaut kembali. Dan suatu ketika pak mahmud dengan lembut menyapa ibu Fatimah “Fati sayang”, saya berencana akan meminjam motor kakak muhidin, kebetulan motornya yang satu tidak dipakai saya akan terus terang mengatakan kepadanya bahwa motornya akan saya gunakan untuk ngojek dengan perhitungan penghasilan seharusnya akan saya berikan sebesar 30% kepada kak muhidin, mudah-mudahan dengan ngojek bisa menambah penghasilan kita, kata pak mahmud. Dari pengalaman teman-teman, hasil ngojek dapat memperoleh rata-rata Rp.50.000,- sehari bersih. Lumayan untuk tambahan. Jadi mulai bulan depan saya hanya akan bekerja setengah hari sebagai buruh lepas dan setengah harinya akan gunakan untuk ngojek katanya. Tapi saya mohon, kamu dapat mengatur sumber-umber penghasilan itu supaya tidak selalu tekor”. bisik Parjimun kepada isterinya pada suatu malam. “Saya setuju kak, kata ibu Fatimah.

Tidak lama setelah pak Mahmud mengutarakan maksudnya kepada istrinya, tiba-tiba ibu Fatimah bercerita kepada pak Mahmud bahwa, saya kemarin ikut pertemuan kelompok ibu-ibu di balai desa akan mengadakan pelatihan tata boga bagi ibu-ibu PKK namun sebelumnya disepakati juga sebagai modal awal pembuatan kue nantinya apabila pelatihan sudah berakhir kami sepakat untuk mengadakan usaha simpan pinjam di desa dengan cara berkelompok.. Katanya, kalau modalnya sudah cukup dapat memberikan pinjaman sampai Rp.1.000.000,- dengan bunga 1,5% tetap dan diangsur mingguan selama setahun. Untuk itu kita harus menabung dengan saldo tabungan minimal 25% dari pinjaman yang kita ajukan. Kalau nanti tabungan kita sudah cukup, saya bermaksud mengajukan permohonan pinjaman untuk membuat kue gorengan kebetulan juga di kampung kita banyak tersedia bahan baku untuk membuat kue tersebut dan kue tersebut rencananya akan saya titipkan di warung-warung yang

ada di sekitar tempat tinggal kita. Untuk kegiatan ini saya sudah menghitung bahwa peralatan yang harus kita sediakan seharga Rp. 400.000 yang bisa digunakan selama 1 tahun, sedangkan untuk belanja bahan baku gorengan sebesar Rp. 350.000 per harinya dan saya perkirakan akan bisa membuat gorengan sebanyak 500 gorengan dengan 3 jenis gorengan yaitu Tahu Isi, Bakwan dan Ubi goreng. Rencananya gorengan akan di jual seharga Rp. 1000 per bijinya.

Saya berjanji akan mengatur uang belanja dapur paling tinggi Rp.700.000,- setiap bulan. Pokoknya dicukup-cukupkan, termasuk uang sekolah dan jajan anak-anak. Tapi sebaiknya kita mengajukan pinjaman sekalian untuk melunasi utang-utang kita, supaya ngangsur ke satu tempat saja. Mulai bulan depan kita harus memaksa diri menabung. Agar dapat membuat perhitungan yang teliti untuk rencana satu tahun keuangan rumah tangga kita, sebaiknya kita minta bantuan dan mengundang Ibu Fasilitator pendamping yang ada di desa kita atau Pengurus Kelompok”. “Iya sayang”, ujar Pak Mahmud dengan mesra sembari memeluk istrinya lalu mencium kening istrinya dengan penuh mesra.

Kesepakatan sebelum tidur pada malam itu, telah membuat hati mereka kembali berbunga dan penuh harapan. Rumah tangga mereka kembali menampakan sinar kebahagiaan dan harapan kesejahteraan rumah tangga terlihat jelas di mata mereka. Dan mereka menutup perbincangan malam itu dengan kata – kata mesra dan gelegak cinta masing-masing yang semakin panas. Di akhir malam Ibu Fatimah berbisik kepada pak Mahmud... Kakak Mahmud... rasanya dunia ini milik kita berdua malam ini, lalu pak Mahmud menjawab...ya sayang ibarat gelombang samudra menghempas pantai ... begitulah hasrat bahagia dan sejahtera yang ingin mereka raih secepatnya.

CATATAN PENGALAMAN IBU MASAMAH (Direktur BUMDes Anjani)

Ibu Masamah adalah seorang ibu rumah tangga dengan 1 suami dan 2 orang anak. Sehari-hari ibu masamah selain menjalankan usaha yang ia rintis sejak beberapa tahun lalu, juga di sibukkan dengan kegiatannya sebagai Direktur Badan Usaha Milik Desa Anjani.

Dalam satu sesi perkenalan saat pelaksanaan workshop pengenalan Modul Manajemen Pengelolaan Ekonomi Rumah Tangga yang dilakukan pada awal bulan Maret 2022 yang lalu ia menceritakan bahwa Pada awal pernikahannya dulu, ia dan suaminya menghadapi persoalan yang hampir sama dengan semua pasangan yang baru menikah, yaitu persoalan ekonomi. Belum usai masa bulan madu dimana seharusnya bu masyamah dan suaminya bisa menikmati kebahagiaannya terpaksa ia harus korbankan karena persoalan ekonomi yang ia hadapi.

Tuntutan untuk segera memiliki rumah tempat tinggal, usaha atau pekerjaan tetap yang belum ada, memaksa ia harus memilih menjadi merantau bekerja ke Malaysia, dengan harapan untuk

mencari modal buat bangun rumah dan memulai usaha. Karena keinginan yang kuat, disertai dengan harapan untuk bisa segera berkumpul bersama keluarganya, bu masyamah belajar dan berusaha mengelola uang remittance yang dikirimkan suaminya secara bijak selain untuk memenuhi kebutuhan pokoknya, ia selalu menyisihkan untuk ditabung dan dikumpulkan sedikit demi sedikit supaya cukup untuk membangun rumah dan modal memulai usaha.

Ia bercerita, untuk bisa sampai pada posisi saat ini memang tidak mudah, tetapi kalau kita benar-benar punya tekad dan kemauan saya kira semua orang juga pasti bisa, kuncinya ada pada ketekunan dan ketelitian kita dalam mengelola setiap pendapatan yang kita peroleh baik yang berasal dari kiriman suami, juga dari hasil kerja atau usaha yang kita lakukan dirumah untuk membantu perekonomian rumah tangga.

Yang paling sulit adalah mengatur pengeluaran secara bijak dan tepat sesuai kebutuhan. Namanya juga perempuan kadang hasrat belanjanya susah di tahan, mereka susah membedakan antara kebutuhan dan keinginan, dan faktor inilah kadang yang sering saya lihat di banyak tetangga saya dirumah yang menyebabkan mereka sulit berkembang ekonomi keluarganya. Sehingga ketergantungan terhadap kiriman suami atau keluarga di luar negeri tidak pernah bisa berhenti.

Alhamdulillah dari tabungan yang saya sisihkan untuk memenuhi kebutuhan pokok saya dan anak saya, dan tabungan untuk bangun rumah, usaha warung sembako yang saya rintis pelan-pelan semakin berkembang dan menjadi penopang ekonomi rumah tangga kami saat ini, selain suami juga belajar buka usaha kecil-kecilan. Apalagi setelah ada program PKH/BPNT pemerintah, kemudian warung saya mendapatkan kepercayaan menjadi agen BRI-Link usaha saya menjadi semakin berkembang.