



PELATIHAN PERENCANAAN KEUANGAN KELUARGA PASCA ERA KRISIS KESEHATAN

Oleh

Irene Natalia

¹Program Studi Akuntansi, Fakultas Bisnis dan Ekonomika, Universitas Surabaya

E-mail: irenenatalia@staff.ubaya.ac.id

Article History:

Received: 19-10-2024

Revised: 26-10-2024

Accepted: 01-11-2024

Keywords:

Community Service, Financial Planning, Health Crisis

Abstract: *This community service activity aims to help reorganize finances after the health crisis era (post-COVID-19 pandemic). Financial planning needs to be carried out by all community, including families affected by the COVID-19 pandemic. This training activity is carried out by providing conceptual knowledge and skills in financial planning so that participants can recover and improve individual and family financial goals. The partners who assisted in this activity were mindfulness meditation practitioner groups. The main target is to provide an understanding of family financial planning. This training activity provides material and discussions about the family life cycle, measures of healthy household financial conditions, better family financial planning and management, solutions for unhealthy financial health examination results, and family budget planning and preparation. The activity's results can benefit partners because the concept and skills of financial planning provide improvements and enhancements to the quality of family financial plans among COVID-19 survivors.*

PENDAHULUAN

Perencanaan keuangan keluarga dapat digunakan oleh semua lapisan masyarakat dan menjadi salah satu aspek penting dalam kehidupan sehari-hari yang seringkali tidak disadari. Tanpa perencanaan yang baik, keluarga rentan terhadap risiko keuangan yang dapat menghambat pencapaian tujuan jangka panjang. Setiap individu dan keluarga perlu menentukan tujuan keuangannya, baik jangka pendek dan jangka panjang sampai dengan masa pensiun. Pengelolaan keuangan yang buruk akan mengganggu aliran kas,¹ baik untuk bisnis, keluarga, dan individu. Tujuan keuangan dari individu dan keluarga dapat dicapai dengan memprioritaskan kebutuhan dan keinginan (impian), menjaga keseimbangan hidup, membiasakan pola hidup hemat dan rutin melakukan *check-up* kesehatan dompet.

Perencanaan keuangan keluarga adalah kunci untuk mencapai stabilitas finansial dan kesejahteraan jangka panjang. Edukasi keuangan yang tepat dapat membantu keluarga dalam mengelola keuangan mereka dengan lebih efektif dan menghindari risiko keuangan yang tidak diinginkan. Penelitian terkait perencanaan keuangan keluarga telah menunjukkan

¹ Darus Purba et al., "Pemaparan Ilmu Manajemen Keuangan Dan Ilmu Komunikasi Pada Minimarket Bizmart Tiban Batam," *J-Abdi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4, no. 3 (2024): 405–410.



bahwa keluarga yang memiliki anggaran yang jelas dan tabungan yang teratur cenderung lebih mampu menghadapi situasi keuangan yang tidak terduga. Penelitian telah membuktikan bahwa pengetahuan keuangan menentukan perilaku keuangan, seperti partisipasi dalam pasar keuangan dan preferensi ke perusahaan keuangan yang etis.² Pengabdian pada masyarakat yang telah dilakukan oleh berbagai organisasi juga menunjukkan bahwa edukasi keuangan dapat meningkatkan pengelolaan keuangan yang lebih baik,³ dan kesejahteraan.⁴

Pandemi corona virus disease (pandemi COVID-19) telah memberikan banyak perubahan dalam kehidupan masyarakat. Penyebaran pandemi ini tidak terduga, sangat cepat dan luas. Selama masa pandemi, penyintas COVID-19 telah mengeluarkan banyak uang, sehingga tabungan keluarga terkuras. Selain itu, perkembangan dunia bisnis terus meningkat dari masa ke masa,⁵ sehingga kehilangan orang tua atau anggota keluarga yang lain menyebabkan kehilangan sumber informasi, sementara itu penyintas harus menghadapi tantangan kurangnya sharing pengetahuan tentang pengelolaan keuangan. Pengabdian pada masyarakat bagi kelompok yang terdampak pandemi COVID-19 perlu dilakukan.

Kelompok penyintas COVID-19 adalah kelompok yang bertahan hidup dari pandemi COVID-19 dan telah mengeluarkan banyak uang untuk pengobatan COVID-19 bagi diri sendiri dan atau keluarga. Beberapa isu yang sering dihadapi dalam perencanaan keuangan keluarga meliputi kurangnya pengetahuan tentang pengelolaan keuangan, kurangnya tabungan, dan kurangnya pemahaman tentang investasi, terutama di era pasca krisis kesehatan (pandemi COVID-19). Setelah bertahan dari krisis kesehatan, banyak komunitas dan kalangan masyarakat menghadapi penurunan kesejahteraan dan pergeseran tujuan. Euforia kebebasan dari pandemi COVID-19 perlu diimbangkan dengan penataan keuangan. Selain itu, banyak hal tak terduga (selain COVID-19) di masa depan yang mengganggu keuangan keluarga masih mungkin terjadi, seperti sakit, kematian, kehilangan pekerjaan, dan sebagainya. Kesiapan keluarga untuk menghadapi kejadian tak terduga dan risiko-risiko tersebut perlu didukung dengan perencanaan keuangan keluarga. Oleh karena itu, salah satu cara pemulihan kesejahteraan dapat dilakukan dengan cara melakukan perencanaan keuangan keluarga.

Pengetahuan tentang perencanaan keuangan keluarga akan menyadarkan pentingnya pengelolaan keuangan meskipun telah melalui masa pandemi. Kurangnya pengetahuan tentang pengelolaan keuangan berkontribusi pada lambatnya pemulihan tabungan. Untuk bertahan dan memulihkan meningkatkan jumlah tabungan dan pencapaian tujuan individu dan keluarga, perlunya penataan ulang keuangan keluarga pasca pandemi COVID-19. Sementara itu, literasi keuangan masyarakat Indonesia masih rendah.⁶ Motivasi utama saya

² David Aristei and Manuela Gallo, "Financial Knowledge, Confidence, and Sustainable Financial Behavior," *Sustainability (Switzerland)* 13, no. 19 (2021): 1–21.

³ Muhammad Azizi et al., "Peningkatan Literasi Keuangan Untuk Generasi Muda," *Communnity Development Journal* 5, no. 5 (2024): 9366–9372.

⁴ Hempry Putuhena et al., "Sosialisasi Literasi Keuangan Pelaku UMKM Perikanan," *Communnity Development Journal* 5, no. 2 (2024): 2821–2825.

⁵ A An Arief Jusuf et al., "Pelatihan Akuntansi Dasar Di SMA Sasana Bhakti Kotamadya Surabaya" 5, no. 3 (2024): 5875–5880.

⁶ Otoritas Jasa Keuangan, *Perencanaan Keuangan Keluarga, Perencanaan Keuangan Keluarga Dan Dampaknya Terhadap Peningkatan Kesejahteraan Masyarakat*, n.d., https://sikapiuangmu.ojk.go.id/FrontEnd/images/FileDownload/25_Buku_Perencanaan_Keuangan.pdf.



adalah membantu keluarga penyintas COVID-19 untuk merencanakan keuangan keluarga.

Kelompok praktisi meditasi *mindfulness* dan penyintas COVID-19 adalah kelompok yang terdiri dari penyintas (orang yang berhasil sembuh) dari pandemi COVID-19 yang tersebar di berbagai wilayah Indonesia dan mengadakan kegiatan pertemuan secara daring. Kelompok ini berhasil sembuh dari COVID-19, serta mengembangkan praktik meditasi *mindfulness*. Peserta kelompok praktisi meditasi *mindfulness* dan penyintas COVID-19 ini sama seperti kelompok lain juga memerlukan perencanaan keuangan yang tepat untuk memastikan kelangsungan hidup dan kesejahteraan mereka. Bagi kelompok praktisi meditasi *mindfulness*, isu-isu ini dapat mempengaruhi konsistensi dalam praktik meditasi dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Sementara itu, bagi kelompok praktisi meditasi *mindfulness* sekaligus penyintas COVID-19, perencanaan keuangan yang baik sangat penting untuk menghadapi biaya medis yang tidak terduga dan memastikan kesejahteraan mereka selama masa pemulihan dengan melakukan perencanaan keuangan keluarga dengan kesadaran (*mindfulness*) yang baik. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk memberikan edukasi dan pelatihan perencanaan keuangan keluarga kepada kelompok praktisi meditasi *mindfulness* dan juga penyintas COVID-19, sehingga mereka dapat mengelola keuangan mereka dengan lebih baik dan mencapai kesejahteraan finansial yang lebih tinggi.

METODE

Metode yang digunakan untuk menyelesaikan masalah adalah pemberian materi melalui metode pelatihan, yang disampaikan dalam bentuk ceramah dan diskusi. Ceramah bertujuan untuk meningkatkan pemahaman serta kesadaran tentang perencanaan keuangan keluarga, serta dilanjutkan dengan pemberian contoh dan *template* untuk menghasilkan keterampilan perencanaan keuangan keluarga. Diskusi memungkinkan peserta-peserta menyampaikan pengalaman pengelolaan keuangan selama dan pasca pandemi, serta mendapatkan saran dari narasumber dan peserta yang lain.

Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terdiri dari tahap perencanaan dan tahap pelaksanaan. Saat tahap perencanaan, narasumber melakukan koordinasi terkait pelaksanaan kegiatan. Saat tahap pelaksanaan, pelatihan (ceramah dan diskusi) dalam jaringan (daring) pada Kamis, 03 Agustus 2023.

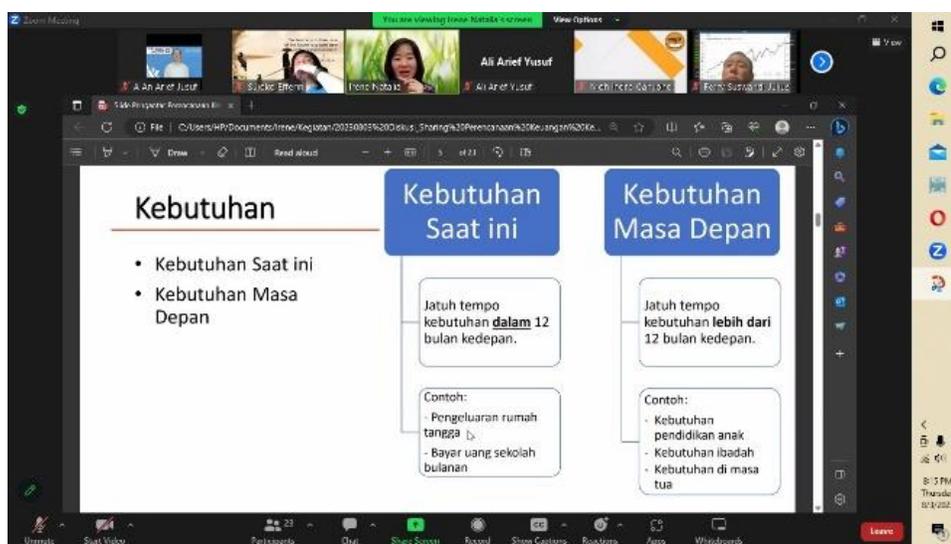
HASIL

Kegiatan persiapan pelatihan perencanaan keuangan keluarga pada praktisi meditasi setelah era krisis kesehatan ini dipersiapkan pada pada hari selasa, tanggal 01 Oktober 2023. Selanjutnya, Kegiatan pelatihan perencanaan keuangan keluarga pada praktisi meditasi setelah era krisis kesehatan ini dilaksanakan secara daring yang diikuti oleh 21 orang peserta pada hari kamis, tanggal 03 Oktober 2023, yang mana dimulai pada pukul 18.30 – 21.30. Kegiatan dimulai dengan meditasi *mindfulness* singkat yang dipandu oleh pengurus kelompok, kemudian pelatihan (ceramah dan diskusi) secara daring yang diberikan oleh narasumber.

Ceramah adalah cara penyampaian materi pembelajaran dengan mengutamakan interaksi satu arah antara narasumber dan peserta. Materi yang diberikan mulai dari perlunya rencana, siklus hidup keluarga, perencanaan keuangan, kebutuhan perencanaan keuangan, cara merencanakan keuangan (termasuk cara melakukan *check-up* dompet), dan solusi-solusi hasil periksa dompet yang tidak sehat, solusi jika masih harus berutang, rencana

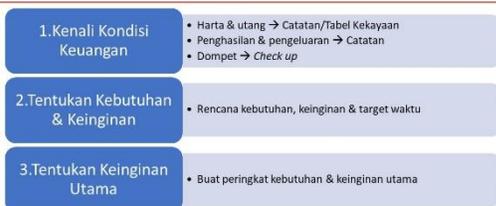


masa depan, anggaran pengeluaran, dan cara membuat anggaran. Solusi untuk hasil periksa dompet yang tidak sehat berkaitan dengan (1) solusi saat tidak punya uang tunai dan susah menabung, dan (2) solusi saat terlilit utang. Gambar 1 menunjukkan suasana ceramah pemberian materi perencanaan keuangan keluarga. Gambar 2 menunjukkan sebagian materi perencanaan keuangan keluarga.



Gambar 1. Ceramah Materi

Bagaimana cara Merencanakan Keuangan?



Rencana Masa Depan

Anggaran merupakan suatu rencana yang disusun untuk seluruh kebutuhan pembayaran keluarga dan juga memenuhi rencana di masa depan.

| | Pemasukan | Pengeluaran |
|-------------|---|--|
| Rutin | <ul style="list-style-type: none"> Gaji Penghasilan bunga tabungan | <ul style="list-style-type: none"> Biaya hidup bulanan Uang sekolah anak Beli pulsa Bayar listrik Ongkos transpor |
| Tidak Rutin | <ul style="list-style-type: none"> Pendapatan usaha Tunjangan Hari Raya (THR) Bonus Komis | <ul style="list-style-type: none"> Bayar pajak Beli hewan kurban Biaya mudik lebaran Biaya liburan Biaya uang pangkal sekolah |

Gambar 2. Sebagian Materi

Diskusi adalah penyampaian interaksi dua arah yang memfokuskan pada pertukaran pikiran antara lain narasumber dan semua peserta, pertukaran pikiran tersebut dilakukan untuk berdiskusi dan berbagi pengalaman dari narasumber ke peserta dan dari peserta ke peserta. Peserta menyampaikan kondisi pasca COVID-19. Beberapa peserta menyampaikan kondisi dan kesulitan keuangan yang dihadapi, misalnya tabungan yang terkuras untuk membeli obat-obat yang berkaitan dengan COVID-19, investasi Kesehatan, dan sebagainya. Beberapa peserta yang lain menyampaikan sumber-sumber penghasilan, keberhasilan cara pengelola keuangan keluarga, dan keberhasilan cara pengelola usaha yang unik. Gambar 3 menunjukkan suasana diskusi materi dan *sharing* pengalaman, serta foto bersama narasumber dan peserta.



Gambar 3. Diskusi Materi dan Sharing Pengalaman, serta foto bersama

DISKUSI

Perencanaan dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan hidup (saat ini dan masa depan) dan mewujudkan keinginan dalam berbagai siklus hidup individu. Perencanaan jangka pendek seperti rencana kerja harian, rencana pembelian bahan masakan, rencana pengerjaan tugas, dan sebagainya. Perencanaan jangka panjang seperti rencana pembelian rumah, rencana biaya pendidikan anak, rencana pensiun, dan sebagainya. Sementara itu, pada umumnya siklus hidup keluarga menyiapkan: uang pernikahan, dana pembelian mobil, dana pembelian rumah, dana kelahiran anak, dana pendidikan anak, dana ibadah, dana pensiun,⁷ dan dana warisan.

Ketercukupan kebutuhan keuangan, perencanaan yang baik, kemampuan antisipasi risiko, dan ketahanan dalam kondisi krisis (tak terduga) dapat menjaga kesehatan jiwa. Kesehatan jiwa adalah “kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial”.⁸ Individu dan keluarga yang memiliki jiwa yang sehat dapat memberikan nilai positif untuk individu tersebut, keluarga, dan masyarakat.

Perencanaan keuangan adalah seni pengelolaan keuangan yang dilakukan oleh individu atau keluarga untuk mencapai tujuan yang efektif, efisien, dan bermanfaat, sehingga menjadi keluarga sejahtera.⁹ Peserta pelatihan diminta untuk (1) mengenali kondisi keuangan, (2) menentukan kebutuhan & keinginan, (3) menentukan keinginan utama. Pengenalan kondisi keuangan dilakukan dengan cara membuat catatan penghasilan dan pengeluaran, check-up dompet. Penentuan kebutuhan dan keinginan ditentukan dengan cara menuliskan kebutuhan berbagai kebutuhan keluarga, kewajiban agama, kebutuhan keluarga kandung, kebutuhan keluarga besar, kebutuhan lain, serta keinginan, dan target waktu, serta dilanjutkan dengan pembahasan berbagai solusi dan penganggaran sederhana.

Pandemi COVID-19 telah menimbulkan tantangan sosial dan ekonomi yang belum

⁷ Ibid.

⁸ Antonia Helena Hamu et al., “Edukasi Menjaga Kesehatan Mental Pada Masyarakat Didesa Oelpuah,” *J-Abdi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4, no. 2 (2024): 141–144.

⁹ Otoritas Jasa Keuangan, *Perencanaan Keuangan Keluarga*.



pernah terjadi sebelumnya di Indonesia.¹⁰ BPS menyajikan data peningkatan sekitar 2,7 juta orang yang termasuk kategori miskin selama pandemi COVID-19.¹¹ Setelah berhasil melewati krisis kesehatan, penyintas COVID-19 perlu segera berbenah. Saat pemulihan dan pertumbuhan ekonomi Indonesia, perencanaan keuangan keluarga yang *mindfulness* perlu dipersiapkan dengan baik, agar tidak kehilangan peluang untuk peningkatan dan pemulihan kesejahteraan.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian di atas dan setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan kepada peserta, terdapat beberapa hal yang menjadi kesimpulan, yaitu: perencanaan keuangan keluarga sangat perlu dilakukan. Perencanaan keuangan keluarga yang *mindfulness* akan menjadi nilai lebih untuk mempercepat pencapaian tujuan individu dan tujuan keluarga. Tujuan kegiatan ini adalah memberikan pembekalan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan perencanaan keuangan keluarga, sehingga optimalisasi perencanaan keuangan keluarga dalam mencapai tujuan keuangan individu dan keluarga. Pelatihan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan perencanaan keuangan keluarga peserta, yang mana bermanfaat untuk meningkatkan pencapaian tujuan dan kesejahteraan individu dan keluarga.

Kegiatan pengabdian serupa dapat dilanjutkan dengan kelompok masyarakat yang berbeda, sebab perencanaan keuangan dibutuhkan oleh semua orang. Selain itu, diskusi keuangan dalam keluarga sangat penting untuk meningkatkan literasi keuangan anak, sehingga keluarga mendapatkan keselarasan dengan tujuan utama keluarga.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini, yaitu koordinator dari kelompok praktisi meditasi *mindfulness* dan penyintas COVID-19 atas dukungan dan kerjasama yang diberikan, sehingga memudahkan pelaksanaan program ini. Selain itu, para peserta atas partisipasi aktif, semangat, dan sharing yang diberikan selama kegiatan berlangsung. Semoga pengetahuan dan keterampilan perencanaan keuangan keluarga ini dapat dimanfaatkan. Tidak hanya itu, semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terutama prodi dan universitas dari narasumber. Terima kasih atas kontribusi dan dukungan yang telah diberikan sehingga program ini dapat berjalan dengan lancar dan mencapai tujuan yang diharapkan.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Aristei, David, and Manuela Gallo. "Financial Knowledge, Confidence, and Sustainable Financial Behavior." *Sustainability (Switzerland)* 13, no. 19 (2021): 1–21.
- [2] Azizi, Muhammad, Srifatmawati Ahmad, Rihfenti Ernayani, Winda Lestari, and Generasi

¹⁰ UNICEF, *Socio-Economic Impact of the COVID-19 Pandemic on Households in Indonesia : Three Rounds of Monitoring Surveys*, 2022, <https://www.unicef.org/indonesia/reports/socio-economic-impact-covid-19-households-indonesia-three-rounds-monitoring-surveys>.

¹¹ BBC, "Dampak Covid-19: 2,7 Juta Orang Masuk Kategori Miskin Selama Pandemi, Pemulihan Ekonomi 'Butuh Waktu Lama,'" *Www.Bbc.Com*, 2021, <https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-55992498>.



- Muda. "Peningkatan Literasi Keuangan Untuk Generasi Muda." *Communnity Development Journal* 5, no. 5 (2024): 9366–9372.
- [3] BBC. "Dampak Covid-19: 2,7 Juta Orang Masuk Kategori Miskin Selama Pandemi, Pemulihan Ekonomi 'Butuh Waktu Lama.'" *www.bbc.com*, 2021. <https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-55992498>.
- [4] Hamu, Antonia Helena, Maria Agustina Making, Febtian Cendradevi Nugroho, Mariana Oni Betan, and Roswita Victoria Rambu Roku. "Edukasi Menjaga Kesehatan Mental Pada Masyarakat Didesa Oelpuah." *J-Abdi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4, no. 2 (2024): 141–144.
- [5] Jusuf, A An Arief, Marshela Sutrisno, Novianto Sebastian, and Meyshela Vincentia. "Pelatihan Akuntansi Dasar Di SMA Sasana Bhakti Kotamadya Surabaya" 5, no. 3 (2024): 5875–5880.
- [6] Otoritas Jasa Keuangan. *Perencanaan Keuangan Keluarga. Perencanaan Keuangan Keluarga Dan Dampaknya Terhadap Peningkatan Kesejahteraan Masyarakat*, n.d. https://sikapiuangmu.ojk.go.id/FrontEnd/images/FileDownload/25_Buku_Perencanaan_Keuangan.pdf.
- [7] Purba, Darus, Hendri Kremer, Hazriyanto, Elli Widia, Nasruji, and Vincentius Ade Arianto Ciptoputra. "Pemaparan Ilmu Manajemen Keuangan Dan Ilmu Komunikasi Pada Minimarket Bizmart Tiban Batam." *J-Abdi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4, no. 3 (2024): 405–410.
- [8] Putuhena, Hempry, Fanny M Anakotta, Trisye N Killay, Paskanova C Gainau, and Sitti F Kamarudin. "Sosialiasasi Literasi Keuangan Pelaku UMKM Perikanan." *Communnity Development Journal* 5, no. 2 (2024): 2821–2825.
- [9] UNICEF. *Socio-Economic Impact of the COVID-19 Pandemic on Households in Indonesia : Three Rounds of Monitoring Surveys*, 2022. <https://www.unicef.org/indonesia/reports/socio-economic-impact-covid-19-households-indonesia-three-rounds-monitoring-surveys>.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN