

FINANCIAL HEALTH : SUATU KAJIAN PUSTAKA

Micrets Agustina Silaya

Fakultas Ekonomi Universitas Kristen Indonesia Maluku
makawerumicke85@gmail.com

Abstract: *Financial health is needed to achieve financial freedom. A healthy in financial requires accurate financial planning, but in reality not everyone has good financial health. Therefore, through this research there will be ways explained to diagnose financial health and how to make the right financial planning to fix and improve financial health.*

Keywords: *financial health, financial planning, financial health diagnose*

PENDAHULUAN

Wibawa (2003) sebagaimana dikutip Warsono (2010) bahwa dalam bidang keuangan, manusia atau orang dikatakan sukses dan mencapai kebahagiaan jika sudah mencapai kemerdekaan keuangan (*financial freedom*), dalam arti uang sudah tidak lagi dijadikan sebagai tujuan kehidupan. Semua aktivitas dan keputusan kehidupan sudah tidak lagi semata-mata ditujukan untuk uang, tetapi uang dipandang sebagai sarana mencapai tujuan yang lebih hakiki. Uang tidak lagi mengendalikan kehidupan seseorang, tetapi oranglah yang mengendalikan uang. Masih banyak hal-hal lain yang lebih menentukan kehidupan, seperti kesehatan, anak, keluarga, sahabat, amal ibadah, dan lain-lain. Kebebasan finansial (*financial freedom*) pada dasarnya adalah memiliki pendapatan pasif yang terus mengalir tanpa dipengaruhi oleh kondisi pendapatan dari hasil bekerja seseorang.

Orang yang sudah mencapai kemerdekaan keuangan jika mampu menyelaraskan antara penggunaan dana dengan pendapatannya. Ini berarti dalam praktik keuangan yang sehat harus dihindari adanya praktik *besar pasak daripada tiang*. Di samping itu keamanan keuangan di masa depan terutama saat pensiun terjamin, dan antisipasi terhadap kerugian yang besar di masa mendatang, baik yang bersumber dari kehilangan jiwa anggota keluarga maupun kekayaan perlu dilakukan. Dalam rangka mencapai

kemerdekaan keuangan, pengetahuan dan implementasi atas praktik keuangan pribadi yang sehat, idealnya perlu dipunyai dan dilakukan oleh setiap orang.

Arijanto (2010) menambahkan mengelola uang yang tepat dibutuhkan, bukan karena uang merupakan tujuan melainkan bagaimana memanfaatkan uang sebagai alat oleh individu yang sudah menikah atau pun yang belum. Hal itu berimplikasi pada kemampuan mengelola uang yang mana salah satunya adalah akurat menyusun strategi keuangan supaya jangan lebih besar pengeluaran dibandingkan penerimaan. Dalam arti, aturlah persentase penghasilan untuk membiayai kebutuhan hidup secara bijak sehingga sisa dana dapat digunakan untuk menabung dan berinvestasi.

Mengacu pada penjelasan sebelumnya, semakin memberi arti bahwa mengelola uang merupakan hal yang signifikan dibutuhkan guna mewujudkan kebebasan keuangan. Masyarakat Indonesia dewasa ini bertendensi konsumtif yang ditandai penjualan dan pembelian barang konsumsi rumah tangga yang menyumbang 56.52% dari PDB nasional per akhir oktober 2019 selanjutnya pinjaman dana dari perbankan (kredit konsumtif) tumbuh 7% persen per akhir Agustus 2019 (CNBC Indonesia, 15 november 2019).

Fenomena lainnya yaitu masyarakat Indonesia terkenal dengan malas untuk menabung. Keuangan inklusif menjadi fokus BI sekarang ini seiring dengan hasil survei yang dilakukan lembaga ini dengan Bappenas. Hasil survei kajian sejumlah daerah kementerian PPN/Bappenas menemukan bahwa masyarakat Indonesia mengaku kondisi keuangan yang pas-pasan sehingga tidak ada dana lebih untuk ditabung (liputan 6.com, 28 Januari 2019).

Selanjutnya, Garg (2012) menegaskan melalui temuannya bahwa kesalahan mengelola uang mengindikasikan kesehatan keuangan yang kurang bagus atau bahkan buruk. Hal itu akan semakin memperburuk kesejahteraan yang dialami seseorang. Dalam arti semakin keliru mengelola uang maka semakin rendah pula kesehatan keuangan yang dimiliki seseorang.

Berdasarkan penjelasan di atas, diketahui bahwa pada kenyataannya tidak semua orang mampu mengelola uang secara tepat sehingga meningkatkan peluang mengalami kesulitan keuangan. Semakin meningkat tendensi mengalami kesulitan keuangan maka semakin rendah pula kesehatan keuangan (*financial health*), dan hal itu jugalah yang menjadi masalah dalam penelitian ini. Dengan demikian, tujuan yang hendak dicapai yaitu untuk memberikan bukti untuk tidak mengabaikan kesehatan keuangan guna mewujudkan kesejahteraan.

PEMBAHASAN

Kesehatan keuangan diartikan sebagai aspek-aspek situasi keuangan yang dialami seseorang (Garg, 2012). Lanjut, ada banyak dimensi dari kesehatan keuangan yang meliputi jumlah tabungan yang dimiliki, seberapa bagus rencana keuangan pensiun, berapa banyak penghasilan yang dikeluarkan untuk mendanai biaya-biaya tetap dan biaya-biaya fluktuatif. Ada beberapa variasi indikator dari kesehatan keuangan seperti anggaran, asuransi, tabungan, investasi, utang, dan instrumen keuangan lainnya yang sesuai dengan situasi yang berbeda.

Selanjutnya dijelaskan bahwa untuk menjadi sehat dalam keuangan dibutuhkan perencanaan keuangan yang tepat untuk menganalisis posisi keuangan saat ini dan membuat tujuan keuangan jangka pendek dan jangka panjang. Dalam hal ini, manajemen keuangan pribadi digunakan untuk mencermati bagaimana uang saat ini dan di masa mendatang dikelola. Anggaran membantu untuk memastikan penerimaan dan pengeluaran dalam rentang waktu tertentu. Penyesuaian dapat dibuat untuk menyesuaikan anggaran yang sesuai dengan tujuan dan kebutuhan. Dengan demikian, kesehatan keuangan perlu disadari oleh siapa saja untuk memastikan tetap berusaha mewujudkan tujuan keuangan yang ditetapkan sebelumnya.

Seddon (2012) serta Joe dan Garman (1998) menjelaskan bahwa kesehatan keuangan merupakan bagian dari kesejahteraan keuangan. Hal itu meliputi kepuasan terhadap aspek materi dan bukan materi sehingga kesehatan keuangan dapat juga menjelaskan persepsi atas ketercukupan sumber daya keuangan. Memiliki kesehatan keuangan yang baik membutuhkan pengelolaan keuangan yang baik yang mana seringkali diabaikan oleh individu.

Untuk itu, menurut Klontz dan Klontz (2009) menegaskan bahwa terdapat beberapa ciri-ciri kesehatan keuangan yang kurang bagus. Kedua peneliti membagi dalam tiga besar. Pertama yaitu kelainan penghindaran atas uang yang meliputi pengingkaran keuangan, penolakan keuangan, terlalu hemat dan sangat takut mengambil risiko. Kedua, kelainan pemujaan atas uang yang meliputi senang menimbun uang, terlalu mengambil risiko yang tidak beralasan, kecanduan berjudi, workaholisme, boros dan belanja kompulsif. Ketiga, kelainan keuangan dalam hal hubungan yang meliputi ketidaksetiaan keuangan, inses keuangan, malas memanfaatkan keuangan, dan ketergantungan keuangan.

Sementara itu, Delafrooz dan Paim (2011) menjelaskan bahwa kesehatan keuangan memiliki berbagai aspek namun hal itu tidak berarti individu yang sehat dalam keuangan pasti mengalami kepuasan keuangan, disebabkan dapat saja seseorang merasa puas dengan situasi keuangannya saat ini namun apabila dikritisi maka situasi keuangan tersebut tidaklah sehat. Misal saja individu merasa puas dengan pola

keuangannya namun memiliki utang yang tidak sehat, atau pun persiapan dana pensiun yang tidak memadai. Untuk saat ini akan merasa puas namun dampak pengelolaan keuangan yang sehat pada prinsipnya menggambarkan situasi saat ini hingga masa depan. Dalam arti kata, kesehatan keuangan mencakup keseluruhan siklus hidup manusia terkait bagaimana mengelola sumber daya keuangan untuk menciptakan kesejahteraan.

Lebih jauh, kedua peneliti menjelaskan lebih jauh bahwa untuk sehat secara keuangan membutuhkan perencanaan keuangan yang tepat dan keberanian berdisiplin mengaplikasikannya. Selain daripada itu, hasil penelitiannya Nicholls (2009) memperkuat bahwa perubahan dalam bidang keuangan berimplikasi pada kesadaran untuk mengelola uang yang tepat, namun berdasarkan hasil riset ditemukan bahwa perempuan bertendensi tidak memiliki kesehatan keuangan yang baik.

Hal itu terindikasi dari ketidaktahuan tentang cara mengelola uang serta memahami beragamnya instrumen keuangan. Oleh karena itu, bagaimana membangun dan menerapkan rencana keuangan yang sehat signifikan dibutuhkan. Terkait bagaimana agar menjadi sehat dalam keuangan, dijelaskan oleh Klontz, Kahler, dan Klontz (2008) bahwa membutuhkan perencanaan keuangan yang tepat. Untuk itu bagaimana mengembangkan keahlian dan kemampuan membuat perencanaan keuangan serta mampu mengaplikasikannya menjadi sentral untuk sehat secara keuangan.

Ditujukan untuk memperjelas, langkah pertama yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan keuangan adalah mendiagnosis kesehatan keuangan saat ini untuk ditindak lanjuti dengan perencanaan keuangan tepat. Untuk diagnosis kesehatan keuangan terdapat berbagai metode atau alat yang digunakan, namun dalam penelitian ini menggunakan cara mendiagnosis kesehatan keuangan menurut Garg (2012) serta Hartono (2012) disebabkan tersistematis, sederhana, dan mudah diukur. Selengkapnya adalah sebagai berikut:

Diagnosis Kesehatan Keuangan Menurut Garg (2012)

Garg (2012) menjelaskan lima tahapan yang mungkin dialami individu terkait kesehatan keuangan yang baik. Kelima tahapan kesehatan keuangan disertai dengan solusi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kesehatan keuangan.

Tabel 1
Tahapan Kesehatan Keuangan Menurut Garg

Tahap	Nama	Penjelasan
1	Peningkatan utang	Pendapatan lebih sedikit daripada pengeluaran, memaksa untuk menggunakan pinjaman dan kartu kredit untuk memenuhi kebutuhan. Bahkan utang menyebabkan pengeluaran biaya dan beban bunga sehingga mengalami pembengkakan biaya.

2	Meninggalkan cek untuk membayar cek	Pengeluaran dan penghasilan seimbang sedangkan tabungan nihil
3	Pengeluaran lebih kecil daripada penghasilan	Ini adalah setengah dari tahapan perjalanan. Pendapatan lebih besar daripada biaya. Tabungan dan investasi mulai dilakukan dalam jumlah kecil. Dan hal ini sebagai cara meningkatkan pendapatan melalui perolehan bunga, dividen atau bahkan pendapatan sewa
4	Kekuatan membangun kekayaan	Ini merupakan lanjutan dari tahap tiga. Utang dan biaya dapat dikendalikan, saat terjadi pertumbuhan alternatif pendapatan dan membangun aset melalui menabung dan berinvestasi.
5	Kebebasan keuangan	Tidak perlu bekerja untuk mendapatkan uang. Pada titik ini, pendapatan berasal dari investasi dan sumber-sumber pendapatan lainnya

Tabel 2
Solusi pada setiap tahapan

Tahap	Solusi
1	1. Mengurangi biaya-biaya. 2. Tingkatkan pendapatan
2	1. Ubah kebiasaan pengeluaran 2. Mengganti rencana pendapatan
3	1. Memiliki definisi tujuan keuangan yang jelas. 2. Belajar berinvestasi yang tepat.
4	1. Pertahankan pertumbuhan pendaptan investasi. 2. Mulai bergeser dari pendapatan aktif menuju pendapatan pasif.
5	1. Lakukan penyesuaian risiko investasi melalui alokasi asset dengan pendapatan tetap investasi.

Tabel 2 dapat dilakukan dengan baik apabila terpenuhinya sepuluh persyaratan. Pertama, memiliki tujuan keuangan. Kedua, selalu menabung secara reguler dan mempersiapkan dana darurat. Ketiga, organisasikanlah anggaran yang realistis. Keempat, bayarlah utang secepat mungkin dan semampu mungkin. Kelima, hindari untuk takluk pada impuls membeli. Keenam, berhati-hati dengan penggunaan kartu kredit. Ketujuh, biarkan uang yang bekerja dan berinvestasilah. Kedelapan, membuat catatan penggunaan kartu kredit dan kartu debit untuk mereduksi kesalahan penggunaan. Kesembilan, membangun keinginan kuat. Kesepuluh, ikuti dengan cermat kemajuan keuangan.

Diagnosis Kesehatan Keuangan Menurut Hartono (2012)

Untuk mencapai kebahagiaan keuangan perlu melakukan *financial check up* terlebih dahulu untuk menentukan seberapa sehat keuangan. Hal ini perlu dilakukan untuk membuat rencana keuangan yang tepat.

Tabel 3
Diagnosis Kesehatan Keuangan Menurut Hartono

No	Rasio	Rumus
1	Rasio Likuiditas	$RL = \frac{\text{Total aset lancar (C)}}{\text{Total Pengeluaran (Y)}}$
2	Rasio Aset Lancar	$RL = \frac{\text{Total aet lancar (C)}}{\text{Kekayaan Bersih(I)}}$
3	Rasio Utang	$RL = \frac{\text{Total Utang (H)}}{\text{Total Aset(E)}}$
4	Rasio Kemakmuran Membayar cicilan Hutang	$RL = \frac{\text{Cicilan Bulanan(X)}}{\text{Total Pendapatan Bulanan(K)}}$
5	Rasio Kemampuan Berinvestasi	$RL = \frac{\text{Tabungan + Sisa Bulanan(M + Z)}}{\text{Total Pendapatan Bulanan (K)}}$
6	Rasio Aset Investasi	$RL = \frac{\text{Total aset Investasi (B)}}{\text{Kekayaan Bersih (K)}}$

Penjelasan:

1. Rasio Likuiditas adalah Rasio ini menunjukkan seberapa kuat seseorang mampu hidup secara normal tanpa mendapatkan penghasilan rutin. Semakin besar rasio ini maka keuangan akan semakin baik.
2. Rasio asset lancar adalah Rasio ini menunjukkan seberapa mudah aset yang dimiliki dapat diuangkan. Standarnya ditetapkan minimal 15%.
3. Rasio Utang adalah Rasio ini menunjukkan seberapa besar kemampuan untuk membayar utang-utang. Standarnya ditetapkan minimal 50%.
4. Rasio Kemakmuran Membayar Cicilan Utang adalah Rasio ini menunjukkan tingkat kemampuan dalam membayar utang-utang secara rutin. Standarnya ditetapkan minimal 30%.
5. Rasio Kemampuan Berinvestasi adalah Semakin besar rasio ini akan menunjukkan kemampuan investasi yang semakin besar sehingga akan semakin memudahkan untuk mencapai tujuan keuangan yang sudah ditetapkan. Standarnya ditetapkan minimal 10%.
6. Rasio Aset Investasi adalah Rasio total aset yang diinvestasikan dengan kekayaan bersih. Rasio ini menunjukkan seberapa cepat pertumbuhan aset. Standarnya ditetapkan minimal 50%.

Pemahaman akan implementasi rasio-rasio keuangan sebelumnya akan mempermudah mendiagnosis kesehatan keuangan saat ini dan menentukan rencana aksi membenahinya. Selanjutnya, analisis lebih detail apa yang menyebabkan rasio itu tidak sesuai standar, dapat ditinjau dari apakah karena permasalahan pendapatan, pengeluaran ataupun gaya hidup yang cenderung keliru sejak awal terutama masalah utang. Kalau permasalahannya pada pendapatan, solusinya yaitu bekerja lebih optimal tetap kalau masalahnya karena pengeluaran yang terlalu besar maka kurangi biaya hidup khususnya yang berkaitan dengan aspek utang, biaya pengeluaran rutin dan biaya pengeluaran pribadi.

Guna menunjang implementasi rasio kesehatan keuangan, penjelasannya Karvof (2010) terkait gaya hidup signifikan dibutuhkan. Penetapan gaya hidup yang ideal perlu diberikan standar yang jelas untuk mereduksi kesalahan mengeluarkan uang. Tujuan dari penetapan standar gaya hidup oleh individu yaitu menghindari dari gaya hidup defisit. Untuk itu kemampuan membedakan kebutuhan dan keinginan perlu dilakukan dalam keputusan keuangan.

Ditegaskan lagi oleh Ika (2011) bahwa dari sisi gaya hidup, faktor informasi terutama dari para pemasar telah menyentuh aspek psikologis konsumen, hal ini mengakibatkan orang terdorong untuk melakukan pembelian bukan karena kebutuhan tapi faktor keinginan, gengsi, harga diri, mengikuti gaya orang lain dan sebagainya. Dalam beberapa literature/penelitian hal seperti ini dinamakan gejala *materialism*. Akibat di pos pengeluaran yang seharusnya tidak dianggarkan, dimungkinkan menjadi pengeluaran yang cukup besar dan mendorong anggaran menjadi defisit. Hasil penelitian Garman dan Irene (1996) perihal perilaku orang dalam mengelola keuangan, teridentifikasi sejumlah 22 kesalahan perilaku.

Kesalahan tersebut adalah pengeluaran yang berlebihan, penggunaan kredit yang berlebihan, uang cepat keluar dari simpanan, tidak memiliki dana emergensi, tidak mampu membayar angsuran kredit, penggunaan kartu kredit yang melebihi batas maksimal, tidak memiliki rencana dana pensiun, memiliki hutang yang lebih besar daripada asset yang ada, bahkan sampai dengan kepercayaan bahwa secara rutin akan adanya penghasilan tambahan atau bonus dari perusahaan, sehingga rencana-rencana untuk pengeluaran dan membayar hutang telah disiapkan jauh-jauh hari, padahal perusahaan belum tentu merealisasikan bonus tersebut.

Perencanaan Keuangan

Mengelola keuangan dimulai dari perencanaan keuangan, pelaksanaan hingga melakukan evaluasi. Indriani et.al (2009) dalam Ika (2011) mendefinisikan rencana keuangan sebagai suatu strategi yang apabila dijalankan dapat membantu mencapai tujuan keuangan di masa datang. Tujuan keuangan selain menambah kekayaan juga

menjaga agar kehidupan keuangan tidak kacau akibat segala sesuatu yang tidak diinginkan seperti kematian, kecelakaan, turunnya nilai asset seperti saham, properti dll. Sedangkan menurut Dorimulu, (2003) dalam Nancy (2009), perencanaan keuangan atau *financial planning* merupakan proses pencapaian tujuan hidup yakni masa depan yang sejahtera dan bahagia lewat penataan keuangan.

Untuk mempermudah, menurut Massaya (2005) sebagaimana dikutip Ika (2011) bahwa perencanaan keuangan keluarga merupakan strategi bagaimana mencapai tujuan keuangan keluarga dalam jangka pendek, menengah dan panjang. Ada lima tahapan perencanaan keuangan yang didasarkan pada usia pengelola, dan harus berurutan dari usia produktif sampai pensiun.

Kelima tahapan tersebut adalah: Usia 20 - 30 tahun. Masa dimana orang mulai membangun landasan keuangan. Pada usia ini seseorang dalam proses meniti karir dibidang apapun dan harus menciptakan *financial habit*. Langkah tepat yang perlu dilakukan adalah menginvestasikan penghasilan, membeli properti, membeli asuransi dan merencanakan dana pensiun.

Usia 30 - 40 tahun. Masa ini adalah masa dimana seseorang mulai memantapkan landasan keuangan keluarga dengan langkah-langkah strategis antara lain penumpukan aset dan menambah jumlah financial yang dimiliki. Usia 40 - 50 tahun. Usia ini merupakan masa puncak kemandirian yaitu masa menikmati hasil dari investasi yang telah ditanamkan ke beberapa portofolio investasi, menikmati karir atau bisnis.

Usia 50 - 60 tahun. Usia ini merupakan masa persiapan pensiun, hal yang perlu dilakukan adalah membereskan seluruh hutang/kredit dan tersedianya dana yang cukup untuk pensiun. Usia > 60 tahun. Usia dimana seseorang tidak produktif atau melakukan kegiatan sosial non profit dan menikmati pensiun dengan kecukupan dana yang dikumpulkannya dari awal mulai bekerja.

Tidak jauh berbeda, Karvof (2010) menyatakan bahwa membuat rencana keuangan dibutuhkan untuk memastikan uang digunakan dengan benar sehingga keputusan keuangan pribadi secara kalkulasi matematisnya meliputi: (1) amal, sebesar 10% dari total pendapatan. (2) pendidikan dan proteksi, sebesar 20% dari total pendapatan. (3) investasi, sebesar 30% dari total pendapatan. (4) biaya hidup sebesar 40% dari total pendapatan

Amal sebesar 10% merupakan bentuk dari tanggung jawab sosial individu (*personal social responsibility*) kepada sesama manusia. Individu perlu juga untuk memberdayakan orang lain (*philanthropy*) untuk mencapai kebebasan keuangan (*financial freedom*). Aplikasi charity didasarkan pada kesadaran dan bukan keterpaksaan. Oleh karena itu, apabila terbiasa melakukan charity maka individu tanpa disadari telah membangun dasar menjadi seorang filantrop keuangan. Kebebasan keuangan adalah kondisi dimana pendapatan pasif melebihi pendapatan aktif atau

melebihi pengeluaran pada suatu periode waktu tertentu, sedangkan pendapatan pasif diartikan sebagai pendapatan yang diterima walaupun orang tersebut tidak bekerja atau beraktifitas.

Masih dari sumber yang sama, pendidikan dimaksud untuk secara kontinyu memahami perubahan dalam keuangan dan mampu menentukan keputusan keuangan yang tepat sepanjang siklus hidup. Spesifiknya meliputi investasi pada pengetahuan, keahlian dan sikap positif terhadap uang. Untuk sikap berkaitan dengan disiplin diri mengelola uang sehingga semakin berdisiplin maka semakin bagus pengelolaan keuangan.

Proteksi ditujukan untuk melindungi jika terjadi peristiwa yang tidak diduga. Sedangkan investasi sebesar 30% dari pendapatan ditujukan untuk lebih cepat melipatgandakan arus kas masuk (*cash inflow*), dan yang terakhir yaitu biaya hidup ditujukan untuk bagaimana hidup hemat namun bukan didasari sifat pelit atau kikir. Maksud dari sifat pelit yaitu tidak mengeluarkan uang walaupun mampu dan perlu, sedangkan hemat adalah hanya mengeluarkan uang jika memang perlu.

Setelah cara membuat rencana keuangan dipahami, perlu juga memahami berbagai perangkat yang seringkali dialami oleh individu pada saat membuat rencana keuangan sehingga dapat memperbaiki atau bahkan meningkatkan kesehatan keuangan. Seperti yang dilansir oleh Benson (2004) bahwa tidak mengandalkan pada suatu hari nanti yang menyesatkan. Maksudnya adalah tidak menunda-nunda untuk segera membangun aset dan remanajemen keuangan, tepatnya penerimaan dan pengeluaran per periode waktu tertentu. Tidak menunggu hari hujung sebelum sadar bahwa anda tidak memiliki payung. Maksudnya, masa depan keuangan tidaklah pasti karena sulit untuk memprediksi secara tepat, seperti biaya-biaya tidak terduga atau tidak diantisipasi. Oleh karena segeralah membangun aset keuangan.

Tidak memberi makan monster. Penjelasannya adalah tidak melakukan aktivitas belanja barang-barang tanpa ada kontrol dan sadar jika berbelanja menggunakan kartu kredit serta tidak memiliki utang yang berlebihan, sehingga mengganggu keseimbangan pendapatan saat ini dan di masa yang akan datang. Tidak terjebak kedalam keyakinan bahwa anda merupakan apa yang anda kendarai. Maksudnya, Mengeluarkan uang untuk membeli kendaraan dengan mempertimbangkan benefit dan biayanya. Dengan kata lain, menikmati hidup namun tidak melupakan memiliki aset untuk fungsi berjaga-jaga.

Tidak bermasalah dengan utang. Berhati-hati membeli barang-barang ataupun jasa menggunakan kartu kredit, sehingga tidak mengalami utang yang berlebihan dan tidak mengalami kesulitan menabung serta investasi. Tidak mengabaikan hubungan antara uang dan tubuh. Maksudnya, menggabungkan kerja cerdas dan keras untuk membangun aset atau menghasilkan uang.

Berhasil memanfaatkan 4 teman yang hebat. Nalarnya adalah teman pertama, kekuatan prioritas adalah memindahkan sesuatu yang ada di bagian bawah daftar pekerjaan ke atas. Hal itu mengubah tindakan dari dipikir belakangan atau suatu hari nanti menjadi hal yang paling penting hari ini. Teman kedua, kekuatan tabungan. Teman ketiga, kekuatan berinvestasi di bidang ekuitas. Teman keempat, yaitu kekuatan bunga-berbunga.

Tidak investasi ekstrim yakni terhindar dari jebakan penipuan investasi yang menjanjikan *return* ilusi. Tidak mengikuti asuransi ekstrim yaitu mengikuti asuransi dengan melihat kredibilitas dari perusahaan tersebut, serta memperhatikan syarat-syarat pemberlakuan suatu proteksi. Tidak mengajarkan kesalahan yang sama pada generasi berikutnya. Penjelasannya, mengajari anak untuk meningkatkan literasi keuangan, sehingga tidak mengulangi pola yang sama dengan orang tuanya.

Tidak terjadi kekacauan finansial yaitu pendapatan tidak hanya untuk konsumsi saat ini, atau tidak merampok keuangan masa depan untuk dibelanjakan saat ini. Tidak bermain suatu hari nanti dengan masa pensiun anda. Nalarnya, relatif tidak berpersepsi bahwa masa pensiun akan ada yang menanggung biaya, seperti pemerintah, anggota keluarga, atau mungkin anak-anak. Hal ini akan mengurangi kemalasan atau bahkan mulai peduli untuk segera membangun aset.

KESIMPULAN

Sehat dalam keuangan (*financial health*) merupakan keinginan semua individu, hanya saja pada kenyataannya tidak semua individu mampu sehat dalam keuangan. Hal ini disebabkan ketidakmampuan mengelola uang yang tepat. Untuk itu, perlu melakukan diagnosis kesehatan keuangan untuk ditindaklanjuti dengan membuat perencanaan keuangan yang tepat sehingga menjadi sehat dalam keuangan

Sehat dalam keuangan merupakan keinginan semua individu, hanya saja pada kenyataannya tidak semua individu mampu sehat dalam keuangan. Hal ini disebabkan ketidakmampuan mengelola uang yang tepat. Untuk itu, perlu melakukan diagnosis kesehatan keuangan untuk ditindaklanjuti dengan membuat perencanaan keuangan yang tepat sehingga menjadi sehat dalam keuangan. Dalam penelitian ini dijabarkan dua jenis alat yang dapat dilakukan untuk mendiagnosis sehat atau tidaknya keuangan seseorang. Setelah mengetahui kondisi kesehatan keuangan, dapat ditindaklanjuti dengan membuat rencana keuangan yang tepat sesuai kondisi kesehatan keuangan yang dialami.

DAFTAR PUSTAKA

- Arijanto. Agus. 2010. Dosa-Dosa Orang Tua Terhadap Anak Dalam Hal Finansial. Jakarta: Elex media komputindo.
- CBC Indonesia, 2019 Ini Fakta terbaru Konsumsi dan Daya Beli Masyarakat
- Daniel. Benson, D. 2004. 12 Kesalahan bodoh yang dilakukan orang terhadap uang mereka dan bagaimana cara mengatasinya. Batam: Gospel Press.
- Delafronz, Narge, and Laily, H, Paim. 2011. Determinants of financial wellness among Malaysia Workers. *African Journal of Business Management* Vol. 5(24), pp. 10092-10100, 14 October, 2019 Available online at [http:// www.academicjournals.org/AJBM](http://www.academicjournals.org/AJBM) DOI: 10.5897/AJBM10.1267 ISSN 1993-8233 ©2011Academic Journals
- Garg, Taruna. 2012. Personal Financial Helath. *IJRMEC* Volume2, Issue 11.
- Hartono, Andreas. 2012. Nasibmu Di Dompetmu. Elex media komputindo. Jakarta.
- Ika, A. 2011. Personality Traits sebagai Penentu Perencanaan Keuangan Keluarga (Suatu Kajian Pustaka). *Ragam Jurnal Pengembangan Humaniora* Vol. 11 No. 2.
- Joo S, Garman ET (1998). Personal financial wellness may be the missing factor in understanding and reducing worker absenteeism. *Personal Finances and Worker Productivity, Proceedings of the Personal Finance Employee Education Best Practices and Collaborations Conference*, Roanoke, VA, 2(2): 172-182.
- Karvof, Anatoli. 2010. Kaya dengan CEPIL; cara cerdas meraih kekayaan dan keberkatan finansial. Jakarta: Elex media komputindo.
- Klontz, Brad, and Klontz, Ted, 2009. *Mind Over Money Mengatasi Kelainan Keuangan Yang Menggerogoti Kesehatan Finansial*, Penerbit Elex Media Komputindo, Jakarta
- Klontz, Brad, Kahler, Rick, and Klontz, Ted. 2008. Facilitating Financial Health: Tools for Financial Planners, Coaches, and Therapists. *Journal of Financial Counseling and Planning* Volume 20, Issue 1 2009.
- Kompas.com. 2019. Pertumbuhan Ekonomi 5,02 Persen di Kuartal III 2019, ini penyebabnya.
- Liputan 6.com .2019. Bappenas Ungkap Alasan Masyarakat Tak Punya Rekening
- Nicholls, Carol. 2009. Women and financial advice: the new model ‘financial health plan’. CII thinkpiece no.20 (July 2009) – Women and financial advice.

- Putlia, Nancy, 2009. Persepsi dan Aspek Psikologis dalam Pengambilan Keputusan Hutang (Studi Pada Home Industri Tempe di Salatiga). Tesis. Sekolah Pascasarjana S-2 UKSW. Salatiga.
- Seddon, Carla. 2012. Measuring National Well-being-Personal Finance, 2012. Office for National Statistics
- Warsono. 2010. Prinsip-prinsip dan praktik keuangan pribadi. Journal of science. Volume 13 Nomor 2.