

Financial Check-Up Keluarga

Panduan lengkap membaca arus kas, menghitung kebutuhan proteksi, menyiapkan warisan, dan mengambil keputusan dengan kepala dingin.

PENULIS

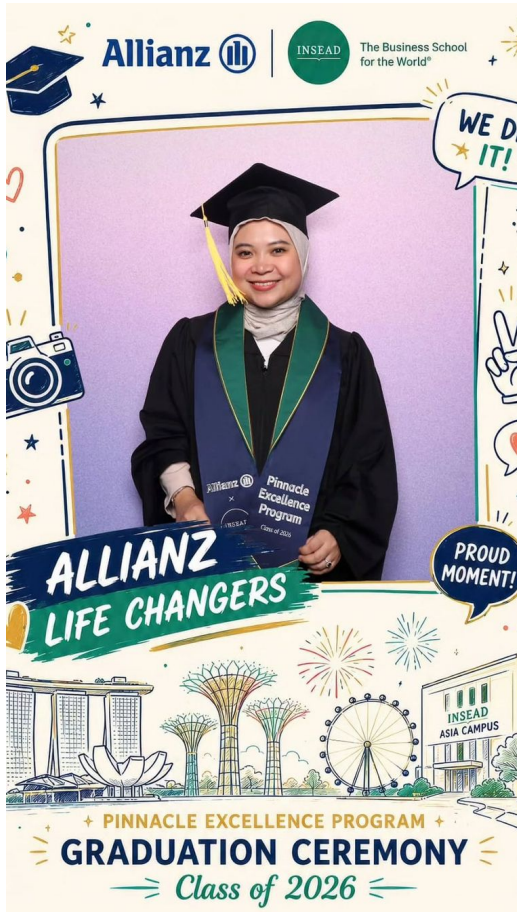
Amy Hadiastuti

AEPP | CIS | AWP | EPPL | CIEM

Founder ELV Indonesia - Financial Protection and Estate Planning Specialist

Edisi 2026 - disertai 6 studi kasus keluarga Indonesia

Amy Hadiastuti



Financial Protection and Estate Planning Specialist - Founder ELV Indonesia

Mendampingi keluarga, profesional, dan pemilik usaha dalam merancang proteksi keluarga serta perencanaan warisan yang rapi dan bisa dijelaskan.

Kredensial: AEPP | CIS | AWP | EPPL | CIEM.

Alumni program eksekutif Allianz x INSEAD - Pinnacle Excellence Program, INSEAD Asia Campus, Singapore, Class of 2026.

Cara saya bekerja

Edukasi lebih dulu. Angka dihitung bersama, bukan ditentukan sepihak. Keputusan tetap di tangan keluarga, saya bertugas membuat pilihannya jelas dan terukur. Proteksi yang baik dimulai dari angka yang jujur, bukan dari produk yang menarik.

CERITA

INSEAD, Allianz, dan alasan e-book ini ada

Tahun 2026 saya menutup satu bab yang saya syukuri: lulus dari Pinnacle Excellence Program, program eksekutif yang diselenggarakan Allianz bersama INSEAD di INSEAD Asia Campus, Singapore. Angkatan kami menyebut diri Allianz Life Changers, dan bagi saya sebutan itu bukan slogan karena hampir semua peserta datang dari lapangan - bertemu keluarga satu per satu, mendengar cerita yang tidak selalu mudah.

Di sana saya belajar ulang satu hal yang bertahun-tahun saya rasakan sendiri: keputusan besar biasanya bukan karena angkanya kurang, tetapi karena urutannya salah. Keluarga membeli polis sebelum menghitung kebutuhan, mengejar investasi sebelum punya dana darurat, dan menunda warisan karena menganggapnya tabu.

Program ini memperkuat cara saya bekerja: mulai dari data keluarga - arus kas, tanggungan, aset, tujuan - hitung bersama, baru bicara solusi. Tidak ada produk sebelum ada angka.

E-book ini saya susun supaya cara itu bisa Anda pakai sendiri, tanpa harus bertemu saya lebih dulu. Hitung dengan tenang, lalu putuskan. Kalau di tengah jalan Anda merasa perlu ditemani, saya terbuka untuk ngobrol ringan tanpa kewajiban apa pun.



Tiga hal yang saya bawa pulang dari program ini

Disiplin menuliskan angka sebelum bicara solusi. Keputusan yang tidak dihitung akan kembali sebagai masalah.

Keluarga adalah satu sistem, bukan satu polis. Yang perlu dilindungi adalah keseluruhan rencananya.

Edukasi yang jujur bertahan lebih lama daripada penawaran yang memaksa. Karena itu e-book ini gratis.

Kenapa e-book ini ada

Saya sudah bertahun-tahun duduk berhadapan dengan keluarga Indonesia yang baru sadar keuangannya bermasalah saat masalahnya sudah datang: yang mencari nafkah sakit, usaha turun, atau orang tua meninggal dan tiba-tiba seluruh keluarga berebut memahami harta yang ditinggalkan.

Hampir tidak ada dari mereka yang salah niat. Yang terjadi biasanya satu hal: tidak pernah ada check-up. Orang membeli polis karena ditawari, bukan karena dihitung. Orang menunda warisan karena menganggapnya urusan orang kaya dan orang tua. Padahal keduanya bisa dibereskan dalam beberapa jam bila tahu urutannya.

Janji e-book ini

Setelah membaca dan mengerjakan lembar kerjanya, Anda akan punya: angka kebutuhan proteksi Anda sendiri, urutan prioritas yang bisa dieksekusi bulan ini, dan dokumen warisan yang jelas penerimanya.

Untuk siapa e-book ini

- Pasangan muda yang baru mulai menata keuangan dan ingin memulai dari tempat yang benar.
- Keluarga dengan satu sumber penghasilan - risiko terbesar yang paling sering diremehkan.
- Pekerja mandiri, freelancer, dan pemilik usaha kecil yang penghasilannya tidak tetap.
- Anak dewasa yang sedang membenahi keuangan orang tuanya tanpa memicu konflik keluarga.
- Perencana, agen, dan siapa saja yang mendampingi keluarga soal proteksi dan warisan.

Cara membaca

- Bagian I sampai III adalah ilmunya: hitung, putuskan, rapikan.
- Bagian IV adalah 6 studi kasus dengan angka nyata - pembandingan untuk situasi Anda.
- Bagian V adalah lembar kerja yang bisa dicetak dan diisi bersama pasangan.

Bacalah dengan pena di tangan. E-book ini sengaja dibuat pendek per bab dan padat per angka, karena keputusan keuangan tidak lahir dari bacaan yang panjang, tapi dari angka yang jujur dituliskan sendiri.

Daftar isi

	Tentang penulis
	Cerita: INSEAD, Allianz, dan alasan e-book ini ada
	Pembukaan - kenapa e-book ini ada
Bagian I	Fondasi: membenahi yang paling dasar
Bab 1	Check-up dulu, beli kemudian
Bab 2	Membaca arus kas keluarga dengan jujur
Bab 3	Dana darurat dan utang yang sehat
Bagian II	Proteksi: menghitung, bukan menebak
Bab 4	Menghitung kebutuhan proteksi jiwa
Bab 5	Penyakit kritis dan kehilangan penghasilan
Bab 6	Membaca polis seperti orang dalam
Bab 7	Premi yang sehat untuk jangka panjang
Bagian III	Warisan: merapikan yang sering ditunda
Bab 8	Kenapa warisan harus disiapkan hari ini
Bab 9	Empat alat merapikan warisan
Bab 10	Warisan dengan prinsip syariah
Bab 11	Dokumen dan administrasi warisan
Bagian IV	Enam studi kasus keluarga Indonesia
Bagian V	Lembar kerja, kesalahan umum, dan 30 hari pertama

BAGIAN I

Fondasi: membenahi yang paling dasar

Sebelum bicara produk, kita rapikan dulu tiga hal yang menentukan semua keputusan berikutnya: urutan prioritas, arus kas, dan bantalan darurat.

Check-up dulu, beli kemudian

Kesalahan paling mahal dalam keuangan keluarga bukan memilih produk yang salah, melainkan membeli sebelum tahu angka. Polis yang tidak sesuai kebutuhan tetap terasa aman, sampai saat klaim tiba dan ternyata nilainya tidak cukup menutup apa pun.

Check-up keuangan bekerja seperti pemeriksaan kesehatan: kita ukur dulu, baru menentukan obat. Urutannya hampir selalu sama, dan urutan inilah yang membedakan keluarga yang tahan guncangan dari yang rapuh.

Empat pilar dan urutan yang benar

Urutan	Pilar	Tujuannya	Target sederhana
1	Arus kas sehat	Tahu ke mana uang pergi tiap bulan	Sisa positif minimal 20 persen
2	Dana darurat	Menahan guncangan tanpa berutang	3 sampai 12 bulan biaya hidup
3	Proteksi	Melindungi penghasilan dan aset	UP sesuai perhitungan, premi maks 10 sampai 15 persen
4	Tujuan dan warisan	Pendidikan, pensiun, pembagian harta	Tertulis, penerimanya jelas

Urutan yang sering terbalik

Banyak keluarga melompat ke investasi karena tergiur imbal hasil, sementara dana darurat nol dan proteksi kosong. Akibatnya, satu musibah kecil memaksa mereka mencairkan investasi di waktu terburuk - atau berutang berbunga tinggi.

Tiga angka yang wajib Anda tahu sebelum membeli apa pun

- Penghasilan bersih bulanan dan berapa yang benar-benar tersisa di akhir bulan.
- Total cicilan utang per bulan dibandingkan penghasilan.
- Jumlah uang yang bisa dipakai keluarga bila pencari nafkah berhenti bekerja besok.

Kalau tiga angka ini belum ada, e-book ini tidak akan berguna. Luangkan 20 menit dengan lembar kerja di Bagian V, lalu lanjutkan membaca.

Membaca arus kas keluarga dengan jujur

Arus kas adalah cerita paling jujur tentang keuangan keluarga. Bukan penghasilan yang besar, tetapi berapa yang tersisa setelah semua kewajiban dibayar. Banyak keluarga berpenghasilan besar tetap rapuh karena sisanya tipis dan tidak pernah diukur.

Panduan alokasi yang bisa dipakai

Pos	Porsi ideal	Sifat	Catatan
Kebutuhan pokok	maksimal 50 persen	Wajib	Sewa atau cicilan rumah, makan, transport, sekolah
Cicilan utang	maksimal 30 persen	Wajib	Termasuk kartu kredit dan paylater
Tabungan, proteksi, tujuan	minimal 20 persen	Wajib	Dana darurat, premi, pendidikan, pensiun
Gaya hidup	bebas	Opsional	Hiburan, hobi, langganan - pos paling elastis

Tiga pertanyaan penguji

1. Kalau penghasilan berhenti tiga bulan, kebutuhan pokok bulan ini terbayar dari mana?
2. Berapa total cicilan utang Anda dibanding penghasilan? Kalau di atas 30 persen, itu prioritas pertama.
3. Apakah Anda tahu nominal pengeluaran bulanan tanpa membuka mutasi rekening? Kalau tidak, angkanya belum nyata.

Cara mengukur tanpa aplikasi mahal

- Tarik mutasi rekening tiga bulan terakhir, kelompokkan pengeluaran menjadi empat pos di tabel atas.
- Hitung rata-ratanya. Satu kali pengukuran bisa mengubah kebiasaan lebih besar dari seminar apa pun.
- Bandingkan dengan porsi ideal. Selisihnya adalah ruang yang bisa dipakai untuk membenahi proteksi dan warisan.

Dana darurat dan utang yang sehat

Dana darurat adalah fondasi yang menentukan apakah keluarga Anda bisa menolak utang bunga tinggi saat panik. Besarnya berbeda untuk setiap keluarga, tergantung kestabilan penghasilan.

Tipe keluarga	Dana darurat id	Alasannya
Dua penghasilan tetap, tanpa tanggungan besar	3 sampai 6 bulan biaya hidup	Risiko kehilangan penghasilan kecil
Satu penghasilan tetap dengan anak	6 sampai 9 bulan	Tidak ada bantalan kedua
Freelancer, komisi, atau pemilik usaha	9 sampai 12 bulan	Penghasilan naik turun
Penghasilan tunggal plus orang tua yang ditanggung	12 bulan	Kewajiban bertambah, pilihan berkurang

Rumus cepat

Dana darurat = biaya hidup bulanan x jumlah bulan pilihan Anda. Contoh: biaya hidup Rp 9 juta, pilihan 9 bulan, berarti target Rp 81 juta. Simpan di instrumen likuid dan aman, bukan di aset yang harganya berfluktuasi.

Utang: yang produktif dan yang menggerus

- Utang produktif menghasilkan nilai: pendidikan, modal usaha terukur, rumah yang ditinggali.
- Utang konsumtif menghabiskan nilai: kartu kredit untuk gaya hidup, paylater untuk barang yang cepat rusak.
- Bila bunga utang lebih tinggi dari potensi imbal hasil investasi, lunasi utang lebih dulu.
- Aturan praktis: cicilan total maksimal 30 persen penghasilan, kartu kredit dilunasi penuh setiap bulan.

Prioritas saat uang terbatas

Lunasi utang berbunga tinggi, bangun dana darurat minimal tiga bulan, aktifkan proteksi dasar dengan premi terjangkau, baru kejar tujuan jangka panjang. Melompati urutan ini adalah cara tercepat kehilangan progres.

BAGIAN II

Proteksi: menghitung, bukan menebak

Proteksi bukan soal membeli sebanyak mungkin, tetapi memastikan angka yang Anda miliki benar-benar menutup risiko yang Anda hadapi. Di bagian ini kita hitung bersama.

Menghitung kebutuhan proteksi jiwa

Pertanyaan yang benar bukan berapa uang pertanggungan yang bagus, melainkan berapa yang keluarga butuhkan bila penghasilan berhenti. Ada dua cara menghitung; gunakan keduanya, lalu ambil angka yang lebih tinggi.

Metode 1 - penggantian penghasilan

Rumus

UP = penghasilan tahunan x jumlah tahun yang perlu disangga. Contoh: penghasilan Rp 10 juta per bulan, setara Rp 120 juta setahun. Anak terkecil masih 12 tahun dan diperkirakan mandiri pada usia 22, berarti 10 tahun. $UP = Rp\ 120\ \text{juta} \times 10 = Rp\ 1,2\ \text{miliar}$.

Metode 2 - total kebutuhan dikurangi aset

Komponen	Peran	Contoh
Kebutuhan hidup keluarga s.d. mandiri	Yang harus tetap jalan	Rp 1,2 miliar (10 tahun x Rp 120 juta)
Pendidikan anak	Sisihkan terpisah	Rp 300 juta
Pelunasan utang	Agar aset tidak hilang	Rp 350 juta
Total kebutuhan	Dijumlahkan	Rp 1,85 miliar
Dikurangi aset likuid dan proteksi yang sudah ada	Yang sudah tersedia	- Rp 250 juta
Kekurangan proteksi	Target UP	Rp 1,6 miliar

Jangan lupa yang sering terlewat

Cicilan rumah yang masih panjang, biaya pengobatan yang mungkin berlanjut, dan kebutuhan orang tua yang Anda tanggung. Ketiganya nyata dan jarang dimasukkan ke hitungan.

Penyakit kritis dan kehilangan penghasilan

Kematian bukan satu-satunya risiko. Risiko yang paling sering menghabiskan tabungan keluarga justru sakit berat yang tidak mematikan, tetapi menghentikan penghasilan dan menambah biaya besar dalam waktu lama.

Risiko	Dampak keuangan	Lindungi dengan
Penyakit kritis (jantung, kanker, stroke)	Biaya besar, penghasilan berhenti	UP penyakit kritis + dana darurat
Rawat inap panjang	Biaya per hari, sering di luar dugaan	Asuransi kesehatan
Cacat tetap atau sementara	Penghasilan hilang permanen	Rider disabilitas atau UP tambahan
Rawat jalan berulang	Bocor pelan dan konsisten	Kesehatan rawat jalan, dana darurat sehat

Cara menaklukkan UP penyakit kritis

Hitung biaya pengobatan yang tidak ditanggung (perkiraan 200 sampai 500 juta), tambahkan penghasilan 2 sampai 3 tahun sebagai masa pemulihan, lalu kurangi aset likuid. Bila angkanya terasa terlalu besar, beli bertahap dan tambahkan setiap kali arus kas membaik.

Membaca polis seperti orang dalam

Polis bukan dokumen yang perlu dihafal, tetapi delapan istilah ini wajib Anda pahami sebelum tanda tangan.

Istilah	Arti praktis	Yang perlu Anda cek
Uang pertanggungan (UP)	Nilai yang dibayar saat klaim	Sesuai perhitungan, bukan angka yang enak terdengar
Premi	Biaya tiap bulan atau tahun	Totalnya maksimal 10 sampai 15 persen penghasilan
Masa tunggu	Waktu sebelum klaim bisa diajukan	Untuk penyakit kritis biasanya 30 sampai 90 hari
Pengecualian	Situasi yang tidak dijamin	Baca daftarnya, bukan hanya manfaatnya
Rider	Manfaat tambahan yang bisa dipilih	Ambil hanya yang menutup risiko nyata Anda
Nilai tunai	Tabungan di dalam polis	Sering baru signifikan setelah tahun ke-3 atau ke-5
Masa bayar	Lama premi dibayarkan	Cocokkan dengan masa penghasilan
Penerima manfaat	Yang menerima klaim	Nama lengkap dan persentase, jangan kosong

Empat pertanyaan yang wajib Anda ajukan

Apa saja yang tidak dijamin?

Bagaimana prosedur klaim dan berapa lama pencairannya?

Apakah premi naik seiring usia?

Kalau saya berhenti membayar, apa yang terjadi pada polis ini?

Premi yang sehat untuk jangka panjang

Polis terbaik adalah polis yang tetap Anda bayar saat keadaan biasa. Klaim hanya berguna bila polisnya masih aktif, karena itu ukuran premi harus nyaman, bukan maksimal.

Penghasilan bulanan	Total premi wajar (10 persen)	Batas atas (15 persen)
Rp 8 juta	Rp 800 ribu	Rp 1,2 juta
Rp 15 juta	Rp 1,5 juta	Rp 2,25 juta
Rp 25 juta	Rp 2,5 juta	Rp 3,75 juta
Rp 50 juta	Rp 5 juta	Rp 7,5 juta

Bila anggaran terbatas, urutan yang paling masuk akal adalah: kesehatan lebih dulu, lalu proteksi jiwa dalam jumlah yang menutup kebutuhan pokok keluarga, baru penyakit kritis, dan terakhir manfaat tambahan seperti pendidikan atau pensiun dalam polis.

Tanda premi Anda tidak sehat

Anda menunda pembayaran lain demi premi, Anda memakai kartu kredit untuk premi, atau Anda merasa perlu mengambil polis baru untuk menutup polis lama. Bila salah satunya terjadi, hitung ulang bersama perencana.

BAGIAN III

Warisan: merapikan yang sering ditunda

Warisan bukan soal seberapa besar harta, tetapi seberapa jelas penerimanya dan seberapa lancar prosesnya. Bagian ini menjelaskan alat-alatnya, termasuk cara syariah.

Kenapa warisan harus disiapkan hari ini

Kebanyakan keluarga baru membicarakan warisan setelah terjadi peristiwa yang menyakitkan, tepat saat emosi sedang tinggi dan informasi tidak lengkap. Akibatnya harta bisa tertahan berbulan-bulan, biaya pengurusan membengkak, dan hubungan keluarga retak.

Tiga hal yang paling sering menahan warisan

Harta atas nama bersama yang tidak tercatat jelas siapa pemiliknya.

Tidak ada dokumen yang menyatakan kehendak pemilik harta.

Penerima manfaat polis dan rekening dibiarkan kosong.

Yang perlu dipisahkan dengan jelas

- Harta waris: berpindah berdasarkan aturan waris dan memerlukan proses administrasi.
- Harta hibah: diberikan saat masih hidup, dokumennya dibuat ketika pemberi masih ada.
- Harta dari asuransi jiwa: dibayar kepada penerima manfaat yang tertulis, di luar proses pengadilan.
- Harta bersama dalam perkawinan: perlu dipastikan bagian masing-masing sejak awal.

Empat alat merapikan warisan

Alat	Kapan cocok	Kelebihan	Catatan penting
Asuransi jiwa	Saat butuh likuiditas cepat	Cair tanpa menunggu pembagian waris	Tulis nama penerima manfaat dan persentasenya
Hibah	Ingin memberi saat masih hidup	Kepastian penerima, pajak lebih terencana	Perhatikan bagian yang dijamin bagi ahli waris
Wasiat	Ingin mengatur penunjukan dan pesan	Fleksibel mengikuti kehendak	Ada batas maksimal menurut aturan yang berlaku
Trust atau pengelolaan	Harta besar dan berlapis	Profesional dan berkelanjutan	Biaya dan pengawasan lebih kompleks

Kenapa asuransi jiwa sering jadi kunci

Ketika pencari nafkah meninggal, keluarga perlu uang dalam hitungan minggu untuk kebutuhan pokok, cicilan, dan biaya pengurusan. Proses waris memerlukan waktu. Asuransi jiwa dengan penerima manfaat yang tertulis menjawab kebutuhan itu tanpa harus menunggu pembagian harta.

Warisan dengan prinsip syariah

Bagi keluarga Muslim, perencanaan warisan mengikuti tiga jalur yang saling melengkapi. Ketiganya bisa disiapkan bersamaan tanpa saling meniadakan.

Jalur	Dasar	Batasan praktis	Contoh penerapan
Faraid	Pembagian yang ditentukan	Sudah ditetapkan bagiannya	Harta waris dibagi sesuai bagian ahli waris
Wasiat	Wasiat kepada bukan ahli waris	Umumnya maksimal sepertiga harta	Sepertiga disumbangkan ke yayasan atau kerabat
Hibah	Pemberian saat masih hidup	Harus adil antar anak	Rumah dihibahkan dengan akta, hak yang lain disamakan

Kerangka lima maqasid syariah

Semua keputusan proteksi dan warisan di atas, pada akhirnya, melayani lima tujuan yang dijunjung tinggi dalam maqasid syariah. Urutannya mengikuti Al-Ghazali, dari yang paling mendasar:

Maqasid	Arti	Cara penerapannya di keluarga
Hifzh al-Din	Menjaga agama	Harta dikelola dan diwariskan dengan berkah; sumber halal dan pembagiannya selaras dengan keyakinan
Hifzh al-Nafs	Menjaga jiwa dan kehidupan	Penghasilan pencari nafkah terlindungi lewat proteksi kesehatan dan jiwa
Hifzh al-Aql	Menjaga akal dan pikiran	Dana pendidikan disiapkan dan keputusan besar dirancang saat tenang, bukan saat tertekan
Hifzh al-Nasl	Menjaga keturunan	Warisan berpindah mulus ke generasi berikutnya; penerimanya jelas dan bagiannya adil
Hifzh al-Mal	Menjaga harta	Harta dijaga likuid dan tertata lewat wasiat, hibah, dan penerima manfaat polis

Menjadikannya kebiasaan

Sebelum membeli atau mewariskan apa pun, tanyakan: tujuan maqasid mana yang sedang saya lindungi? Bila semua rekomendasi bisa ditautkan ke salah satu dari lima ini, rencananya utuh dan selaras dengan nilai keluarga.

Kesalahan yang sering terjadi

Menunda hibah karena menunggu harta bertambah besar, sehingga nilai hibah justru terkikis.

Menjadikan seluruh harta sebagai wasiat sehingga bagian ahli waris tidak terpenuhi.

Tidak mencatat penerima manfaat polis syariah dengan benar, sehingga keluarga kesulitan saat klaim.

Praktik terbaiknya sederhana: rapikan faraid sebagai dasar, gunakan wasiat untuk pesan sosial yang Anda inginkan, dan pakai hibah untuk memberi kepastian saat Anda masih ada.

Dokumen dan administrasi warisan

Warisan yang rapi bukan soal drama keluarga, melainkan soal dokumen yang mudah ditemukan saat dibutuhkan. Simpan semuanya di satu tempat dan beri tahu satu orang yang Anda percaya.

Checklist dokumen

- Daftar seluruh aset: properti, kendaraan, rekening, deposito, saham, emas, dan polis.
- Bukti kepemilikan: sertifikat, BPKB, buku rekening, polis, dan bilyet deposito.
- Dokumen keluarga: akta lahir, kartu keluarga, akta nikah, dan NPWP.
- Surat keterangan waris atau penetapan ahli waris bila diperlukan proses administrasi.
- Daftar penerima manfaat setiap polis, termasuk persentasenya.
- Surat wasiat atau akta hibah bila sudah ada, berikut catatan notaris atau penghulu.
- Catatan utang yang masih berjalan agar tidak menjadi beban bagi keluarga.

Satu kebiasaan yang mengubah banyak hal

Sekali setahun, duduklah 60 menit dengan pasangan. Buka daftar aset, periksa penerima manfaat polis, dan pastikan dokumen masih di tempat yang bisa ditemukan. Lakukan di tanggal yang mudah diingat.

BAGIAN IV

Enam studi kasus keluarga Indonesia

Angka dalam studi kasus ini disusun dari pola yang paling sering saya temui saat mendampingi keluarga. Gunakan sebagai pembanding, bukan sebagai patokan mutlak, karena setiap keluarga punya struktur yang berbeda.

STUDI KASUS 1

Keluarga muda dua penghasilan, satu anak

Profil keluarga

Aspek	Keterangan
Usia pasangan	Suami 31 tahun, istri 29 tahun
Penghasilan gabungan	Rp 22 juta per bulan
Tanggungan	Satu anak usia 2 tahun
Aset	Tabungan Rp 40 juta, rumah dengan cicilan Rp 5 juta per bulan
Proteksi	Polis kesehatan kantor, tanpa proteksi jiwa pribadi

Yang jadi masalah

- Bila salah satu penghasilan berhenti, cicilan rumah dan kebutuhan anak harus ditanggung satu orang saja.
- Dana darurat hanya cukup untuk sekitar satu setengah bulan biaya hidup.
- Penerima manfaat polis kantor tidak pernah diperiksa, dan nilainya hanya 12 bulan penghasilan.

Menghitung kekurangan proteksi

Komponen	Angka
Kebutuhan hidup bulanan	Rp 14 juta
Kebutuhan sampai anak mandiri (20 tahun)	Rp 3,36 miliar
Pendidikan anak (estimasi)	Rp 400 juta
Pelunasan cicilan rumah	Rp 600 juta
Total kebutuhan	Rp 4,36 miliar
Aset likuid tersedia	- Rp 40 juta
Kekurangan proteksi	Rp 4,32 miliar (dibagi dua polis)

Langkah yang diambil

1. Rapikan dana darurat

Naikkan tabungan jadi minimal 6 bulan biaya hidup, yaitu sekitar Rp 84 juta, disimpan di rekening terpisah.

2. Proteksi jiwa bertingkat

Setiap pasangan mengambil UP sebesar bagiannya, sehingga bila salah satu meninggal cicilan rumah langsung lunas dan kebutuhan anak tetap berjalan.

3. Kesehatan keluarga

Menambahkan asuransi kesehatan mandiri karena polis kantor berhenti saat pindah kerja.

4. Penerima manfaat

Nama pasangan dan anak dicantumkan dengan persentase jelas, bukan dibiarkan kosong.

Pelajaran untuk Anda

Risiko terbesar bukan besarnya kebutuhan, tapi asumsi bahwa kedua penghasilan akan selalu ada. Proteksi membuat keluarga tetap utuh walau salah satu pilar hilang.

Satu penghasilan, tiga anak, orang tua ditanggung

Profil keluarga

Aspek	Keterangan
Usia	Suami 42 tahun, istri 39 tahun
Penghasilan	Rp 18 juta per bulan, satu sumber
Tanggungan	Tiga anak, anak terkecil usia 5 tahun
Orang tua	Ibu mertua ditanggung Rp 2 juta per bulan
Aset	Tabungan Rp 60 juta, dua properti senilai Rp 1,8 miliar
Proteksi	Kesehatan lengkap, proteksi jiwa hanya Rp 250 juta

Yang jadi masalah

- Kategori paling rawan: satu penghasilan, tanggungan paling banyak.
- Aset besar tetapi tidak likuid, sementara kebutuhan bulanan tinggi.
- Proteksi jiwa saat ini hanya menutup sekitar 14 bulan penghasilan.

Menghitung kekurangan proteksi

Komponen	Angka
Kebutuhan hidup bulanan	Rp 13 juta
Masa penyangga sampai anak terkecil mandiri (17 tahun)	Rp 2,65 miliar
Dukungan orang tua selama 10 tahun	Rp 240 juta
Total kebutuhan	Rp 2,89 miliar
Aset likuid	- Rp 60 juta
Kekurangan proteksi	Rp 2,83 miliar

Langkah yang diambil

1. Prioritas kesehatan

Kesehatan sudah baik dan dipertahankan, karena satu-satunya pencari nafkah tidak boleh menunda pengobatan.

2. Proteksi jiwa dinaikkan bertahap

Target Rp 2,8 miliar dicapai dalam dua polis, dengan premi dibagi ke anggaran 12 persen dari penghasilan.

3. Proteksi penyakit kritis

Ditambahkan untuk menutup biaya pengobatan dan masa pemulihan minimal 2 tahun.

4. Warisan dan likuiditas

Penerima manfaat dan surat wasiat disiapkan agar properti tidak perlu dijual cepat saat keluarga butuh uang.

Pelajaran untuk Anda

Aset besar bukan jaminan. Yang menentukan bukan nilai properti, tetapi berapa uang yang bisa dipakai keluarga minggu depan bila penghasilan berhenti.

Freelancer dan pemilik usaha kecil

Profil keluarga

Aspek	Keterangan
Usia	36 tahun, belum menikah, menanggung ibu
Penghasilan	Rata-rata Rp 25 juta per bulan, naik turun tajam
Bulan terburuk	Rp 6 juta, pernah dua bulan hampir tanpa pemasukan
Aset	Tabungan Rp 120 juta, tanpa properti
Proteksi	Tidak ada, mengandalkan BPJS

Yang jadi masalah

- Penghasilan tidak tetap membuat premi tetap terasa berat di bulan sepi.
- Dana darurat hanya empat bulan, padahal kebutuhan minimal sembilan bulan.
- Menanggung ibu tanpa proteksi tambahan dan tanpa dana khusus.

Menghitung kekurangan proteksi

Komponen	Angka
Biaya hidup bulanan	Rp 11 juta
Penghasilan tahunan rata-rata	Rp 300 juta
Kebutuhan penyangga ibu (10 tahun)	Rp 600 juta
Total kebutuhan	Rp 900 juta
Aset likuid	- Rp 120 juta
Kekurangan proteksi	Rp 780 juta

Langkah yang diambil

1. Dana darurat dinaikkan

Target 9 sampai 12 bulan biaya hidup, sekitar Rp 99 sampai 132 juta, disimpan di dua instrumen likuid.

2. Premi disesuaikan arus kas

Ambil proteksi dengan premi tetap yang bisa dibayar dari bulan terendah, bukan bulan terbaik.

3. Proteksi kesehatan mandiri

Karena tidak ada kantor yang menanggung, kesehatan menjadi kebutuhan dasar.

4. Masa bayar panjang

Pilih masa bayar yang menyesuaikan usia, dan sisihkan dana premi minimal 6 bulan ke depan.

Pelajaran untuk Anda

Untuk penghasilan tidak tetap, yang wajib dijaga bukan gaya hidup, tetapi kemampuan membayar komitmen di bulan sepi.

Pengusaha: aset besar, uang tunai kecil

Profil keluarga

Aspek	Keterangan
Usia	52 tahun, tiga anak, dua sudah kuliah
Aset	Tiga properti Rp 12 miliar, saham usaha Rp 8 miliar
Likuiditas	Rekening Rp 300 juta, utang bank Rp 4 miliar
Penghasilan	Rp 150 juta per bulan, dipakai juga untuk modal usaha
Proteksi	Proteksi jiwa Rp 500 juta, tidak ada pembagian warisan tertulis

Yang jadi masalah

- Harta bernilai besar tetapi tidak bisa dipakai cepat saat keluarga membutuhkan uang.
- Utang bank masih berjalan, dan tanpa kejelasan siapa yang bertanggung jawab bila pemilik usaha meninggal.
- Belum ada dokumen pembagian harta, sehingga berpotensi menjadi sengketa.

Menghitung kebutuhan likuiditas

Komponen	Angka
Nilai aset total	Rp 20,3 miliar
Utang berjalan	- Rp 4 miliar
Kebutuhan likuiditas keluarga (3 tahun)	Rp 5,4 miliar
Kebutuhan biaya pengurusan dan administrasi	Rp 300 juta
Proteksi jiwa yang ada	- Rp 500 juta
Likuiditas yang perlu disiapkan	Rp 5,2 miliar

Langkah yang diambil

1. Pisahkan uang perusahaan dan uang keluarga

Kas keluarga dipisahkan, agar kebutuhan pribadi tidak mengganggu modal usaha, dan sebaliknya.

2. Siapkan likuiditas warisan

Proteksi jiwa digunakan sebagai penyedia uang tunai saat pembagian berlangsung, bukan untuk memperkaya.

3. Rapihan dokumen

Hibah dan wasiat disusun bersama notaris, dengan pembagian yang adil dan tercatat.

4. Libatkan penerus

Satu anak ditunjuk sebagai pengelola usaha dengan perjanjian tertulis dan asuransi pemilik usaha.

Pelajaran untuk Anda

Warisan yang besar tanpa likuiditas membuat keluarga terpaksa menjual aset cepat, dan aset yang dijual cepat hampir selalu dihargai lebih rendah.

Warisan yang tertahan karena tidak ada dokumen

Profil keluarga

Aspek	Keterangan
Konteks	Ayah meninggal mendadak, ibu masih ada, tiga anak
Aset	Rumah atas nama ayah, deposito atas nama bersama, satu polis tanpa penerima manfaat
Masalah	Tidak ada daftar aset, tidak ada surat wasiat, penerima manfaat polis kosong
Waktu	Delapan bulan harta belum bisa dicairkan
Biaya	Biaya administrasi dan pengurusan membengkak

Yang jadi masalah

- Polis tanpa penerima manfaat masuk ke harta waris, sehingga harus menunggu proses pembagian.
- Deposito atas nama bersama tidak diakui sebagai milik salah satu pihak tanpa bukti.
- Rumah tidak bisa dijual atau dibalik nama sebelum ada penetapan ahli waris.
- Hubungan antar saudara memanas karena pembicaraan uang dilakukan saat semua orang sedang berduka.

Dampak keterlambatan

Komponen	Angka
Kebutuhan bulanan ibu	Rp 6 juta
Delapan bulan tertunda	Rp 48 juta (harus dipinjam keluarga)
Biaya administrasi dan notaris	Rp 35 juta
Total biaya keterlambatan	Rp 83 juta
Bila polis punya penerima manfaat	Klaim cair dalam hitungan minggu

Langkah yang diambil

1. Buat daftar aset sekarang

Satu dokumen sederhana yang memuat seluruh aset, lokasi dokumennya, dan siapa yang tahu.

2. Isi penerima manfaat polis

Nama lengkap, hubungan, dan persentase. Ini pekerjaan sepuluh menit yang menyelamatkan puluhan juta.

3. Catat harta bersama

Pastikan kepemilikan jelas sejak awal, termasuk bukti kontribusi.

4. Bicara saat masih sehat

Sampaikan rencana saat suasana tenang, bukan menunggu keadaan mendesak.

Pelajaran untuk Anda

Warisan paling mahal bukan yang nilainya besar, tetapi yang prosesnya lama. Keterlambatan selalu dibayar dengan uang dan hubungan keluarga.

Warisan syariah: faraid, wasiat, dan hibah

Profil keluarga

Aspek	Keterangan
Konteks	Bapak 58 tahun, istri, dua anak laki-laki, satu anak perempuan
Aset	Rumah Rp 2,5 miliar, tanah Rp 800 juta, deposito Rp 400 juta, usaha kecil
Keinginan	Ingin bagian tertentu untuk yayasan dan keponakan yatim
Kondisi	Belum pernah dibuat perhitungan warisan, hibah belum tercatat
Risiko	Konflik antar ahli waris bila keinginan hanya disampaikan lisan

Yang jadi masalah

- Menggabungkan seluruh keinginan ke dalam wasiat, padahal wasiat memiliki batas maksimal.
- Hibah diberikan tanpa akta sehingga sulit dibuktikan di kemudian hari.
- Tidak ada perhitungan bagian ahli waris, sehingga berpotensi memicu rasa tidak adil.

Peta pembagian yang disiapkan

Komponen	Angka
Total harta	Rp 3,7 miliar
Wasiat (maksimal sepertiga)	Sekitar Rp 1,23 miliar (batas atas)
Bagian ahli waris	Rp 2,47 miliar
Hibah yang direncanakan (rumah)	Rp 800 juta, dengan penyamaan bagian
Biaya pengurusan	Rp 50 juta

Langkah yang diambil

1. Hitung faraid lebih dulu

Bagian ahli waris ditentukan sebagai kerangka utama, bukan disisakan setelah keinginan lain.

2. Gunakan wasiat sesuai batas

Keinginan untuk yayasan dan keponakan ditempatkan pada porsi wasiat yang sah.

3. Catat hibah dengan akta

Hibah dibuat dengan akta dan nilai yang adil agar tidak menimbulkan ketimpangan.

4. Libatkan anak dalam penjelasan

Semua ahli waris dijelaskan logikanya bersama-sama, sehingga tidak ada tafsir ganda.

Pelajaran untuk Anda

Warisan syariah yang rapi adalah warisan yang dihitung, bukan hanya diniatkan. Kejelasan sejak awal melindungi keluarga dari sengketa dan menjaga niat baik tetap baik.

BAGIAN V

Lembar kerja, kesalahan umum, dan 30 hari pertama

Cetak bagian ini, isi bersama pasangan, dan simpan di tempat yang bisa ditemukan anggota keluarga lain. Rencana yang tidak tertulis biasanya berhenti sebagai niat.

Peta arus kas bulanan

Isi kolom angka dengan pengeluaran nyata tiga bulan terakhir, bukan perkiraan.

Pos	Nominal	Porsi ideal	Porsi Anda	Catatan
Penghasilan bersih	_____	100 persen	_____	Setelah pajak dan potongan
Kebutuhan pokok	_____	maks 50 persen	_____	Rumah, makan, transport, sekolah
Cicilan utang	_____	maks 30 persen	_____	Kartu, paylater, kredit
Proteksi	_____	8 sampai 15 persen	_____	Kesehatan, jiwa, kritis
Tabungan dan tujuan	_____	min 20 persen	_____	Dana darurat, pendidikan, pensiun
Gaya hidup	_____	bebas	_____	Hiburan, hobi, langganan

Sisa bulanan

Penghasilan bersih dikurangi seluruh pos di atas. Bila hasilnya negatif, masalahnya ada di struktur, bukan di penghasilan.

Menghitung kebutuhan proteksi

Komponen	Cara menghitung	Hasil Anda
Penghasilan tahunan	penghasilan bulanan x 12	_____
Tahun penyangga	sampai anak terkecil mandiri	_____
Kebutuhan penggantian penghasilan	penghasilan tahunan x tahun penyangga	_____
Pendidikan anak	estimasi total	_____
Pelunasan utang	sisa pokok seluruh utang	_____
Total kebutuhan (A)	jumlahkan semua	_____
Aset likuid (B)	tabungan, deposito, investasi likuid	_____
Proteksi yang sudah ada (C)	UP polis berjalan	_____
Kekurangan proteksi	A dikurangi B dikurangi C	_____

Daftar aset, utang, dan penerima manfaat

No	Aset	Nilai	Atas nama	Lokasi dokumen	Penerima manfaat
1					
2					
3					
4					
5					

No	Utang	Sisa pokok	Cicilan per buli	Jatuh tempo	Catatan
1					
2					
3					

Sepuluh kesalahan yang paling mahal

- Membeli polis sebelum tahu angka kebutuhan dan sebelum arus kas diukur.
- Menganggap aset besar sama dengan aman, padahal likuiditas yang menentukan.
- Membiarkan penerima manfaat polis dan rekening kosong.
- Menunda dana darurat karena ingin cepat berinvestasi.
- Memilih premi maksimal sehingga polis berhenti di tengah jalan.
- Menutup risiko yang salah: gaya hidup dilindungi, penghasilan justru tidak.
- Tidak mencatat harta bersama sehingga kepemilikan menjadi perdebatan.
- Membahas warisan hanya secara lisan, tanpa dokumen apa pun.
- Memperlakukan asuransi sebagai investasi untuk mengejar imbal hasil.
- Menunda semuanya sampai keadaan darurat datang lebih dulu.

Rencana 30 hari pertama

Pekan	Fokus	Keluaran yang diharapkan
Pekan 1	Ukur dan catat	Peta arus kas terisi dan daftar aset dimulai
Pekan 2	Hitung kebutuhan	Angka kekurangan proteksi diketahui
Pekan 3	Bereskan dokumen	Penerima manfaat polis dan rekening diisi lengkap
Pekan 4	Eksekusi bertahap	Dana darurat mulai ditambah, polis disesuaikan, jadwal review tahunan dibuat

Penutup

Keuangan keluarga yang baik tidak dibangun oleh satu keputusan besar, tetapi oleh kebiasaan kecil yang diulang: menghitung sebelum membeli, mencatat sebelum lupa, dan berbicara sebelum keadaan memaksa. Bila e-book ini membantu Anda memulai, sudah cukup bagi saya.

Bila Anda ingin menghitung angkanya bersama, saya terbuka untuk ngobrol ringan tanpa harus memutuskan apa pun. Tidak ada kewajiban membeli, yang penting keluarga Anda punya gambaran yang jelas lebih dulu.

Hubungi Amy

WhatsApp: 0813-8189-0040

Instagram: @amyasti | ELV Indonesia: elv.id

Website: amyhadiastuti.com

E-book: Financial Check-Up Keluarga - Edisi 2026

Catatan: e-book ini disusun untuk tujuan edukasi. Angka dalam contoh bersifat ilustrasi dan hasil aktual bergantung pada profil risiko, produk, serta ketentuan yang berlaku.