



Gambaran masa pensiunku

Seperti apa masa pensiun yang kita inginkan?



Manfaatnya bagi kita

Punya gambaran masa pensiun yang jelas membuat kita lebih mudah mempersiapkannya. Setelah itu, lembar kerja [Cek kesiapan pensiun](#) (Bab 5) membantu mengecek sejauh mana kesiapan kita.

Cara memakai lembar kerja ini dalam tiga langkah mudah

1

Centang tujuan masa pensiun yang diinginkan.



2

Centang sumber dananya.



3

Pilih satu hal yang ingin dipelajari lebih lanjut.



Tidak punya banyak waktu? Centang tiga tujuan dan satu kemungkinan sumber dananya.

Seperti apa masa pensiun yang diinginkan?

Centang tujuan yang penting bagi kita dan ketahui apa artinya bagi keuangan kita.

Tujuan masa pensiun	Artinya bagi keuangan kita
☐ Berhenti bekerja sepenuhnya	Tabungan dan penghasilan lain harus bisa mencukupi semua kebutuhan, mungkin untuk jangka waktu 20 tahun atau lebih.
☐ Bekerja paruh waktu	Penghasilan sampingan bisa mengurangi pengambilan dari tabungan, sekaligus membuat kita tetap aktif dan terhubung dengan rekan kerja, teman, dan lingkungan.
☐ Memulai usaha kecil	Bisa memberi penghasilan dan tujuan hidup, namun pastikan dana untuk usaha dipisahkan dari dana untuk kebutuhan utama.
☐ Mengasuh cucu	Waktu bersama keluarga begitu berharga. Pikirkan kemungkinan biaya tambahan dan berapa banyak waktu yang ingin diluangkan.
☐ Lebih sering bepergian	Biaya perjalanan di tahun-tahun awal masa pensiun mungkin lebih besar, sebaiknya direncanakan baik-baik.
☐ Menekuni hobi	Hobi bisa jadi memerlukan biaya yang rendah atau tinggi. Sebaiknya hitung perkiraan kasar biayanya per bulan.
☐ Merawat orang tua lansia	Biaya perawatan dan kesehatan bisa berlanjut sampai masa pensiun kita sendiri, sehingga ini perlu direncanakan.
☐ Lainnya:	

Dari mana saja sumber dananya?

Kebanyakan orang mengandalkan lebih dari satu sumber dana. Centang perkiraan sumber dana kita dan lihat hal apa saja yang perlu diperhatikan.

Sumber dana	Hal yang perlu diperhatikan
☐ Tunjangan pensiun (mis. BPJS)	Cari tahu hak yang didapat dan di usia berapa kita bisa menerima manfaatnya.
☐ Program pensiun dari kantor	Lihat laporan terbarunya dan cek apakah perusahaan ikut menyetorkan iuran pensiun.
☐ Tabungan pribadi	Pisahkan dari dana darurat, supaya bisa dipakai ketika dibutuhkan.
☐ Investasi	Nilainya bisa berfluktuasi, penting memahami risiko dan jangka waktunya.
☐ Penghasilan sewa	Perhitungkan biaya perawatan, pajak, dan ketika masa kosong tanpa penyewa.
☐ Kerja paruh waktu	Kondisi kesehatan dan peluang kerja bisa berubah, sebaiknya tidak hanya mengandalkan sumber ini.
☐ Lainnya	Misalnya dukungan finansial yang pasti dari keluarga, di mana sudah disepakati bersama.
☐ Belum yakin	Merupakan titik awal yang wajar. Mulailah langkah awal dengan mencatat apa yang kita punya saat ini.

Lembar kerja ini disediakan semata-mata sebagai referensi dan dimaksudkan sebagai panduan awal untuk membantu Anda memahami alokasi keuangan pribadi dan keluarga dengan lebih baik. Seluruh contoh, asumsi, angka, dan hasil perhitungan yang disajikan dalam lembar kerja ini bersifat ilustratif. Informasi tersebut tidak dapat dianggap sebagai nasihat atau rekomendasi keuangan, dan lembar kerja ini juga tidak dimaksudkan sebagai sarana pemasaran atau penjualan.

Anda tetap bertanggung jawab untuk mempertimbangkan kondisi, kebutuhan, tujuan, dan kemampuan keuangan Anda dalam mengambil keputusan keuangan.

Masa pensiun seperti apa yang ingin kita rasakan?

Centang yang paling penting bagi kita, atau tambahkan kata-kata kita sendiri.

☐ Aman ☒ Mandiri ☐ Terhubung ☐ Aktif ☐ Memiliki tujuan ☐ Nyaman ☐ Sehat ☐ Tenang

Dengan kata-kata kita sendiri

Perlu kita ketahui

✓ Masa pensiun bisa berlangsung lama, sering kali mencapai 20 tahun lebih, sebaiknya direncanakan untuk jangka panjang.

✓ Penting untuk mulai menyiapkan lebih awal, karena sekecil apapun dana kita kalau disisihkan secara rutin, akan punya kesempatan lebih lama untuk bertumbuh.

✓ Ada biaya yang meningkat ketika masa pensiun, terutama perawatan kesehatan, sementara biaya lain, seperti transportasi ke kantor, akan menurun.

✓ Dengan lebih dari satu sumber penghasilan, rencana kita jadi lebih kuat.

☆ Langkah selanjutnya

Satu hal yang ingin dipelajari lebih lanjut:

- ☐ Berapa perkiraan biaya hidup bulanan di masa pensiun nanti
- ☐ Berapa jumlah tunjangan pensiun yang mungkin didapat, misalnya dari BPJS
- ☐ Di mana tabungan pensiun kita disimpan
- ☐ Apakah perusahaan ikut menyetorkan iuran pensiun
- ☐ Bagaimana membicarakan rencana masa pensiun dengan keluarga

Target selesai

HH/BB/TTTT

Contoh cara mengisi lembar kerja ini

Gambaran pensiun yang terpikir: kerja paruh waktu, mengasuh cucu, kegiatan keagamaan atau sosial. **Sumber dana:** tunjangan pensiun, program pensiun dari kantor, tabungan pribadi, kerja paruh waktu. **Yang ingin kita rasakan:** aman, terhubung, aktif.

Apa yang ditunjukkan contoh ini

Orang ini sudah punya gambaran umum tentang bagaimana masa pensiun yang ingin dirasakan, tapi belum tahu dukungan apa saja yang mungkin tersedia. Memahami tabungan pensiun dan tunjangan pensiun yang sudah kita miliki adalah langkah awal yang praktis sebelum membuat rencana yang lebih rinci.

Langkah selanjutnya: Lihat laporan terkini program pensiun kantor dan cek tunjangan pensiun BPJS yang mungkin didapat, paling lambat 30/11/2026.

Hanya ilustrasi. Lembar kerja ini untuk edukasi keuangan dan tidak merekomendasikan produk apa pun atau menilai apakah tabungan pensiun sudah cukup.



Diskusikan bersama

Kita tidak harus memikirkan ini sendirian. Kalau butuh bantuan merencanakan masa pensiun, kita bisa bicarakan dengan Advisor Sun Life.

Lembar kerja ini disediakan semata-mata sebagai referensi dan dimaksudkan sebagai panduan awal untuk membantu Anda memahami alokasi keuangan pribadi dan keluarga dengan lebih baik. Seluruh contoh, asumsi, angka, dan hasil perhitungan yang disajikan dalam lembar kerja ini bersifat ilustratif. Informasi tersebut tidak dapat dianggap sebagai nasihat atau rekomendasi keuangan, dan lembar kerja ini juga tidak dimaksudkan sebagai sarana pemasaran atau penjualan.

Anda tetap bertanggung jawab untuk mempertimbangkan kondisi, kebutuhan, tujuan, dan kemampuan keuangan Anda dalam mengambil keputusan keuangan.