



## Webinar Kesehatan: **Upaya menjaga Fungsi Jantung agar Tetap Sehat**

Sebagai bentuk edukasi dan pencegahan penyakit jantung, Dapen JR Bersama PPJR menyelenggarakan webinar Kesehatan dengan narasumber direksi RS Universitas Indonesia.

**S**eiring bertambahnya usia, seseorang tentu mengalami penurunan fungsi organ tubuh yang berisiko pada kesehatan. Salah satu kondisi yang kerap dihadapi mereka yang memasuki usia lanjut adalah faktor risiko dari penyakit jantung koroner. Memang usia lanjut ini tidak menjadi satu-satunya faktor, melainkan ada juga pemicu lainnya. Namun, penyakit jantung termasuk penyakit berbahaya yang perlu diwaspadai. Selain bisa menyebabkan serangan jantung, juga bisa menyebabkan komplikasi serius. Kondisi inilah yang menjadi tantangan nyata para lansia dalam menjaga kualitas kesehatannya.

Untuk menambah wawasan dan sebagai bentuk edukasi kepada peserta DPJR, Pengurus dan Persatuan Pensiunan Jasa Raharja berkolaborasi bersama RS Universitas Indonesia (RSUI) dan UI Advisory, menyelenggarakan Webinar Kesehatan dengan tema "Upaya menjaga Fungsi Jantung agar Tetap Sehat". Webinar menghadirkan narasumber direksi RS Universitas Indonesia yakni Dirut RSUI dr. Astuti Giantini, Sp.PK., MPH. (Patologi Klinik); Direktur Umum dan Operasional RSUI dr. Hermawan, Sp.JP, Subsp. Ar.(K) (dokter spesialis Penyakit Jantung dan Pembuluh Darah) dan dr. Firdaus A. Rony dari UI Advisory.



**6**

**Jasa Raharja  
Targetkan Peran  
Akselerator  
Kinerja Unggul**

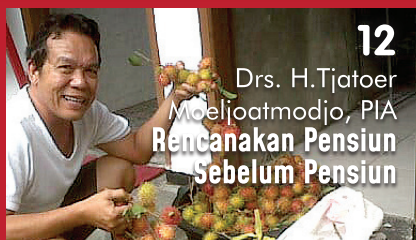
**11**

**Optimis, 2022 Ekonomi  
Indonesia Menggeliat**



**12**

**Drs. H.Tjatoer  
Moeljoatmodjo, PIA  
Rencanakan Pensiun  
Sebelum Pensiun**



**13**

**Ichha Nafisah  
Tetap Produktif  
Kala Pensiun**



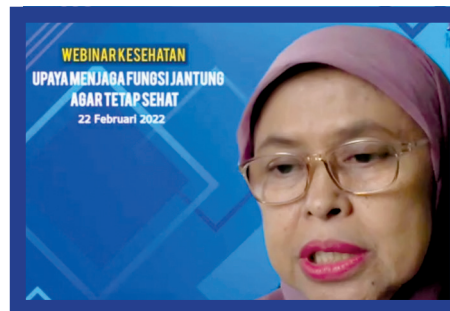


Suasana Webinar Kesehatan

Webinar kesehatan yang dipandu oleh Selebriti Alya Rohali berjalan dengan lancar dan diikuti antusias oleh peserta Dapen JR dari berbagai wilayah di Tanah Air, tercatat peserta webinar mencapai 65 peserta. Mereka setia mengikuti webinar hingga berakhir.

## WUJUD EDUKASI BAGI PESERTA

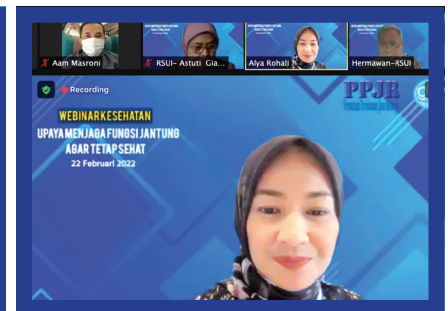
Edukasi terkait kesehatan jantung ini memang sangat penting bagi peserta Dapen JR. sebagaimana kita maklumi, berdasarkan laporan Kemenkes RI, penyakit jantung menjadi penyebab kematian kedua di Indonesia setelah penyakit stroke. Jantung adalah organ tubuh yang sangat vital. Artinya, jika jantung bermasalah, kelangsungan hidup seseorang juga akan terancam. Karena itu Webinar Kesehatan bagi peserta Dapen JR, sebagaimana dikemukakan Direktur Utama Dapen JR Budi Sulistijo, diharapkan memberikan edukasi sekaligus pencerahan bagi peserta Dapen JR dalam menjaga kualitas kesehatan di usia lanjut.



Dirut RSUI dr. Astuti Giantini Sp.PK., MPH.

"ke depan, edukasi serta bimbingan seperti ini (webinar) akan menjadi agenda rutin. Karena itu saya sampaikan terima kasih kepada senior yang sudah meluangkan waktu, kesempatan ini juga menjadi ajang silaturahmi kita dan semoga mengobati kekangenan kita karena sudah lama tidak bertemu," ujar Budi Sulistijo, seraya menyampaikan ucapan selamat kepada peserta. "Semoga *enjoy* karena materinya *insyaAllah* sangat bermanfaat."

Setelah sambutan dari Direktur Dapen JR, moderator Alya Rohali selanjutnya mempersilakan kepada dr. Astuti Giantini, dirut RSUI, sebagai narasumber utama webinar untuk menyampaikan paparan terkait



Alya Rohali, moderator webinar

pengetahuan seputar kesehatan jantung.

## JANGAN REMEHKAN HIPERTENSI

Di awal presentasinya, dr. Astuti menyampaikan sebuah pantun: *apa gunanya buah nipah kalau tidak bisa dimakan. Apagunanya hartaberlimpah kalau sakit seluruh badan*. Maknanya tentu saja kesehatan sangat penting dan tak ternilai harganya. "Kesehatan ditentukan oleh berbagai faktor, namun memang kalau sudah tua sakitnya bisa macam-macam. Pada kesempatan ini, kita akan membahas tentang kesehatan jantung, pada kesempatan ke depan boleh nanti kita *sharing* topik yang lain," ujarnya.

### ■ PENGARAH

Direksi Dana Pensiun Jasa Raharja

### ■ PEMIMPIN REDAKSI

Yuniarso Dwiatmojo

### ■ ANGGOTA REDAKSI

Antoyo  
Dian Fatmaningrum  
Triawan Ramadhanu

### ■ DITERBITKAN OLEH

Urusan Pelayanan Kepesertaan

### ■ ALAMAT REDAKSI

Gedung Wisma Raharja Lantai 8, Jl. TB. Simatupang No.1,  
RT.03/RW.003, Cilandak, Ps. Minggu, Jakarta Selatan,  
DKI Jakarta 12560. Telp. (021) 78843808, Faks. (021) 78843809  
WhatsApp: 08111 65 8080  
Email: info@dapenjra.co.id  
Website: www.dapenjra.co.id

INFO   
**dpjr**  
DANA  
PENSIUN  
JASA  
RAHARJA  
Keberanian & Ketekunan di Setiap Hari



Redaksi menerima tulisan/artikel dari pembaca terkait pensiun dengan mengirimkan artikel ke alamat yang sama dengan panjang tulisan maksimal 2.800 karakter.

Tabel Tekanan Darah

Optimal	Tekanan Darah Sistolik (mmHg)		Tekanan Darah Diastolik (mmHg)
Optimal	< 120	dan	< 80
Normal	120-129	dan/atau	80-84
Normal-Tinggi	130-139	dan/atau	85-89
Hipertensi derajat 1	140-159	dan/atau	90-99
Hipertensi derajat 2	160-179	dan/atau	100-109
Hipertensi derajat 3	≥ 180	dan/atau	≥ 110

Melanjutkan paparannya, dr. Astuti mengungkapkan, ada berbagai faktor penyebab penyakit jantung yang kerap dialami oleh purnabakti. Namun sebelum menjelaskan faktor penyebab sakit jantung, dr. Astuti menyampaikan fungsi jantung. Menurutnya, jantung adalah organ tubuh yang penting dalam hidup manusia.

Lebih jauh dr. Astuti menjelaskan, jantung memiliki fungsi untuk mengalirkan darah yang penuh dengan oksigen menuju seluruh tubuh. Tidak hanya oksigen, jantung juga akan mengalirkan darah yang berisi dengan segala jenis nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh. Tentu jantung yang sehat dan normal akan membantu kelangsungan hidup menjadi lebih baik.

"Fungsi vital jantung tersebut mengharuskan kita menjaga kesehatannya jantung agar terhindar dari berbagai gangguan penyakit yang dapat membuat kesehatan terganggu," katanya seraya menambahkan, kenapa kesehatan jantung harus diperhatikan? Dari seluruh penyakit, penyakit jantung, selanjutnya hipertensi menjadi penyebab kematian nomor satu.

Berdasarkan sebaran di seluruh dunia, lanjut dr. Astuti sangat banyak penderita sakit jantung. Hingga tahun 2019, kematian tertinggi diakibatkan jantung, stroke, paru-paru (obstruktif) yang di Indonesia karena merokok, gangguan pernafasan, dan kondisi bayi lahir.

Lantas apa saja yang terkait dengan kesehatan jantung? Menurut

dr. Astuti, setidaknya ada enam penyakit terkait dengan jantung. Pertama, Hipertensi. Seseorang dikatakan mengidap hipertensi jika memiliki tekanan darah di atas 140/90 (*lihat Tabel Tekanan Darah*). Kedua, Penyakit jantung coroner, yakni Ketika ada sumbatan pada pembuluh darah koroner jantung. Sumbatan tersebut dapat mengakibatkan gagal jantung, sebagai penyakit jantung ketiga. Gagal jantung adalah saat kondisi payah jantung dan adanya gangguan pemompaan jantung sehingga darah mengalir tidak efektif dengan gejala yang muncul misalnya kalau beraktivitas akan cepat lelah.

Keempat, aritmia. Yakni kondisi denyut/irama jantung lebih cepat atau lambat (tidak beraturan) karena ada sesuatu yang menghambat. Kelima, penyakit jantung bawaan. Yaitu penyakit yang diakibatkan perkembangan jantung selama kehamilan tidak sempurna. Keenam, miokarditis dan endocarditis, yaitu radang pada jantung akibat infeksi.

### Silent Killer

Membahas soal hipertensi, lanjut dr. Astuti, berdasarkan data Riskesdas Indonesia, penderita hipertensi di Indonesia cukup besar, yakni sekitar 26 persen. "Saya sendiri hipertensi sejak usia 40 tahun dan sudah lama minum obat. Hipertensi ini berbahaya karena makin tinggi tekanan darah akan makin berperan besar dalam kerusakan jantung. Karena itu bagi kita akan sangat bijaksana jika melakukan

Tabel Gejala Hipertensi

Gejala Hipertensi
Sakit Kepala, Pusing
Jantung Berdebar-debar, rasa sakit di dada
Gelisah
Penglihatan Kabur
Mudah Lelah, dll
Hipertensi derajat 3

pemeriksaan tekanan darah secara rutin," tegasnya.

Namun bagaimana jika ditakdirkan mengalami hipertensi? "Jika sudah mengalami hipertensi, langkah yang bisa dilakukan adalah pertama, berdamai dengan kondisi diri karena hipertensi dapat dikontrol dengan mengubah gaya hidup; kedua, minum obat rutin tiap hari; dan ketiga mengubah gaya hidup dengan memperhatikan asupan," ujar dr. Astuti. Ia menambahkan, gejala lain hipertensi yang sudah parah adalah mimisan, gangguan jantung, penurunan kesadaran, hingga sering sakit kepala (*Lihat Tabel Gejala Hipertensi*).

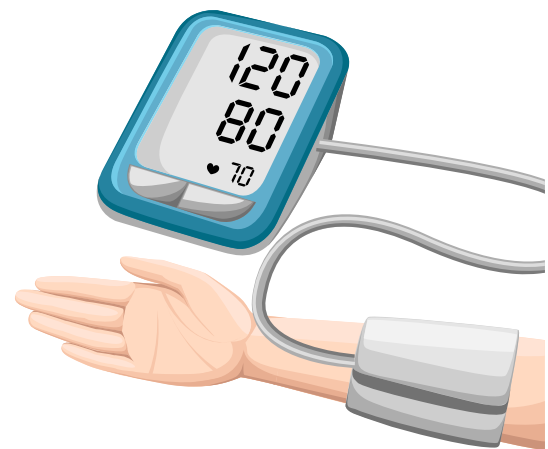
Sementara yang paling berisiko hipertensi adalah mereka yang berusia di atas 60 tahun, anak muda obesitas, pasien diabetes, hidup sedenter (jarang bergerak), faktor keturunan, dan merokok. "Biasanya 'berteman baik' antara hipertensi dan diabetes yang bisanya karena tidak banyak bergerak. Atau juga karena keturunan, perokok dan stres berlebihan. "Maka Bapak-Ibu, bagaimana kita mengelola stres juga sangat penting," tegas dr. Astuti.

Lebih jauh tentang siapa yang berisiko terkena hipertensi, lanjut dr. Astuti, adalah asupan garam berlebihan. Karena itu hindari konsumsi garam berlebihan dan makanan yang disimpan lama diawetkan. Mengonsumsi alkohol juga bisa berisiko hipertensi. "Jangan minum alkohol dan konsumsi lemak berlebihan. Minyak goreng/makanan yang digoreng yang disebut lemak





**Tabel CERDIK**



Pengembangan layanan telemedicine di RSUI, lanjut dr. Hermawan, secara prinsip adalah pertama, membantu masyarakat yang membutuhkan akses layanan kesehatan namun khawatir untuk datang ke RS; mencegah penyebaran dan penularan COVID-19; menjunjung etik kedokteran dan profesionalisme dokter; serta menjaga kerahasiaan informasi pasien dan keutuhan rekam medik.

Sejauh ini, terkait penyakit jantung, menurut dr. Hermawan, dalam hal deteksi penyakit jantung, telemedicine berkembang cukup pesat. Hal ini tak mengherankan karena 10 tahun lalu WHO sudah mengembangkan sistem kesehatan berbasis pada kebutuhan masyarakat, komutas, institusi dan pendidikan, menjadi kesatuan dengan membangun sistem yang baik.

Belajar dari kasus pandemi COVID-19, menurut dr. Hermawan, awalnya telemedicine diperuntukan membantu daerah 3T. namun pada perkembangannya telemedicine menjadi suatu hal yang sangat dibutuhkan. "Isu kematian covid sangat krusial, seperti fenomena gunung ES, di RS dan pasien sudden death sulit dideteksi. Karena itu penting pemeriksaan rutin dan pengetahuan bagaimana kondisi kita sehingga bisa memberikan pertolongan," ujarnya seraya menambahkan, kebutuhan informasi dan deteksi awal itu bisa didapatkan dengan memanfaatkan telemedicine.

Layanan telemedicine juga berkembang bukan hanya karena kebutuhan, akan tetapi karena era saat ini sudah era digital dan tidak

jenuh, harus benar-benar dihindari," katanya.

Jika tidak mengalami gejala-gejala seperti disebutkan tersebut, menurut dr. Astuti, belum tentu kita terbebas/terhindar dari hipertensi. Hipertensi adalah Silent Killer. Karena faktanya, sebagian besar orang dewasa dengan hipertensi (~90%) adalah hipertensi primer (belum jelas penyebabnya). Disebut Silent Killer, hipertensi memang berbahaya. Tidak sembuh setelah minum obat karena obat hanya bersifat stabilizer saja.

Sementara untuk kesehatan jantung, dr. Astuti menjelaskan, dapat dilakukan dengan langkah CERDIK: yaitu Cek kesehatan rutin; Enyahkan asap rokok, Rajin Aktivitas Fisik, Diet sehat kalori seimbang; Istirahat cukup, dan Kelola Stres. (Lihat Tabel CERDIK).

Menyimpulkan paparan pertama dari dr. Astuti, moderator Alya Rohali mengungkapkan bahwa bagi penderita hipertensi, minum obat menjadi life style. Menjadi keseharian yang harus dengan sabar dijalani para penderita.

### **Kesehatan Jantung dan Telemedicine**

Pengetahuan tentang kesehatan jantung juga disampaikan narasumber

kedua, yaitu Direktur Umum dan Operasional RSUI dr. Hermawan, Sp.JP, Subsp. Ar.(K), dokter spesialis penyakit Jantung dan Pembuluh Darah. mengawali paparannya, dr. Hermawan, menyatakan bahwa pada webinar tersebut ia lebih mengupas terkait upaya promotif dan preventif, khususnya deteksi dini terhadap penyakit jantung yang menjadi satu-kesatuan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Untuk mewujudkan upaya promotif dan preventif, menurut dr. Hermawan, RSUI telah mengembangkan layanan yang bisa diakses dengan mudah oleh masyarakat. Untuk itu ia menegaskan, keberadaan tools (sarana pendukung) tersebut menjadi penting. Dalam konteks itulah RSUI mengembangkan layanan Telemedicine.

"Telemedicine suatu keniscayaan di era digitalisasi. Dengan pendekatan berbasis teknologi digital ini pasien tidak akan banyak yang datang ke RS. Secara keseluruhan layanan bisa dilakukan secara virtual," ujarnya. Ia menambahkan, harus digaribawahi bahwa faktor yang membuat sukses telemedicine, antara lain, form yang sangat lengkap agar memberikan informasi komprehensif untuk dikaji dokter dan tenaga medis di RS.





ist.

bisa mengandalkan tatap muka. “Apalagi saat ini penularan virus tingkat tinggi, sehingga yang kita pantau faktor risiko tinggi,” kata dr. Hermawan. Ia mengungkapkan, meningkatnya kebutuhan masyarakat diimbangi dengan perkembangan layanan telemedicine di RSUI. Pada awalnya hanya layanan telekonsultasi, berkembang berbagai bentuk layanan, seperti tele-EKG, telemonitoring, hingga tele-USG. “Kondisi ini menunjukkan telah terjadi transformasi layanan di dunia kesehatan, dari dokter sentris menjadi pasien sentris. Transformasi ini membuat biaya efektif, waktu efektif, dan sekarang sudah banyak diterima masyarakat, hasilnya real time dan mudah digunakan tenaga medis pula.”

Penyakit berbahaya seperti cardiovascular, kanker dan kematian tiba-tiba, lanjut dr. Hermawan, tentu saja tidak kita inginkan sehingga harus ada upaya upaya deteksi dini melalui telemonitoring yang kini sudah berbasis aplikasi sehingga bisa dikomunikasikan dengan dokter dan dokter dapat memantau pasien.

“Cardiovascular bisa menyerang siapa saja tidak terbatas usia lanjut, terlebih bagi mereka yang sudah memiliki faktor risiko sehingga harus hati-hati dalam tatakelola kesehatannya. Kehati-hatian dan upaya deteksi itu dapat dilakukan melalui telemedicine. Inilah di antaranya pengenalan sistem pelayanan kesehatan RSUI sebagai added value dari pelayanan medik,” ujarnya.

### Tingkatkan Kualitas Kesehatan

Narasumber ketiga Firdaus A. Rony, direktur UI Advisory mengajak peserta webinar untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan. Menurutnya, kualitas hidup kita ditentukan oleh derajat kesehatan kita sendiri. Karena itu, UI Advisory dan RSUI dapat bekerja sama memberikan pelayanan kesehatan, khususnya dalam mengukur kesehatan jantung kepada peserta Dapen JR.

“Layanan tersebut antara lain melalui telemedicine untuk jantung,” katanya. Ia menambahkan kesehatan jantung dan juga tekanan darah harus menjadi perhatian apalagi usia di atas 40 rentan hipertensi. “Kita harus care untuk mencegahnya,” tambahnya.

Kepedulian menjaga kesehatan melalui pengukuran dan pemeriksaan hipertensi sangat dianjurkan, karena selama ini, lanjut Firdaus, hanya 5 persen pengidap hipertensi yang mengukur. “Manfaat pengukuran itu banyak. Kita bisa antisipasi hipertensi lebih awal, kita paham kondisi level hipertensi kita dan bisa melakukan tindakan yang sesuai karena penanganan pasien sangat berbeda,” katanya.

Firdaus A. Rony menambahkan, berdasarkan pengalaman dalam penggunaan telemedicine RSUI, pasien yang hipertensi dengan tekanan 180/90 dapat ditekan menjadi menjadi 140/90, sangat efektif dari derajat 3 turun ke derajat 1,” paparnya. Ia menambahkan, hal serupa juga tentu dapat dilakukan

untuk peserta Dapen JR. “Yang jelas kita harus menjaga semangat untuk kualitas kesehatan sehingga kehidupan lebih baik.”

Webinar yang dilaksanakan selama hampir 3 jam berjalan lancar dan peserta antusias mengikuti sampai akhir. Mayoritas peserta merasa puas dan tema webinar sangat memberikan pencerahan dan pengetahuan yang sangat dibutuhkan para pensiunan. Antusiasme ditunjukkan peserta saat sesi tanya jawab. Namun karena keterbatasan waktu, hanya beberapa peserta saja yang berkesempatan bertanya, antara lain, Bapak Basturi yang menanyakan tentang pasien hipertensi apakah harus terus mengonsumsi obat dan sampai kapan batas/dinyatakan sehat. Penanya selanjutnya adalah Direktur Kepesertaan Dapen JR Zulfianto Arby, yang menyampaikan pertanyaan penyempitan pembuluh darah pada organ tubuh selain jantung; Bapak Tri Haryanto yang menanyakan kompatibilitas aplikasi Telemedicine RSUI dan kemungkinan DPJR memantau kesehatan seluruh peserta pensiunan; Bapak Wan Anwar yang menanyakan perihal harga obat jantung yang mahal serta makan yang boleh dikonsumsi warga senior; terakhir Bapak Dasrul Aswad yang menanyakan tentang perbedaan hasil pengukuran tensi darah secara mandiri yang hasilnya normal dan dari dokter/atau di rumah sakit yang cenderung tinggi.

Respon dan antusiasme peserta yang sangat tinggi terhadap webinar ini, tentu menjadi pertimbangan besar bagi pengurus. Sebagaimana ditegaskan di awal oleh Direktur Utama Dapen JR Budi Sulistijo, ke depan pengurus akan aktif menyelenggarakan kegiatan webinar untuk memberikan edukasi dan sosialisasi terkait persoalan yang dihadapi peserta pensiunan. ■



# Jasa Raharja Targetkan Peran Akselerator Kinerja Unggul

Menjadi akselerator kinerja unggul di masa depan, inilah visi PT Jasa Raharja ke depan sebagaimana ditegaskan Direktur Utama Rivan Achmad Purwantono saat peringatan HUT ke-61 Jasa Raharja awal Januari 2022.

Menjadi akselerator kinerja unggul tentu bukan semata jargon, karena selama ini keberadaan Jasa Raharja hadir dengan pelayanan terbaiknya dalam melindungi Indonesia selama 61 tahun. Pelayanan terbaik sebagai penyedia perlindungan dasar bagi segenap lapisan masyarakat Indonesia yang menjadi korban kecelakaan di darat, laut maupun udara.

Kinerja terbaik dalam memberikan perlindungan pada masyarakat yang sudah terbangun tersebut, menurut Dirut Rivan Achmad Purwantono, harus terus dijaga oleh insan Jasa Raharja. "Bentuk perlindungan terbaik ini adalah amanah yang harus kita pegang dan laksanakan dengan sepenuh hati," jelas Rivan A Purwantono dalam peringatan puncak HUT ke-61 tahun perusahaan yang digelar secara sederhana berupa upacara yang diikuti oleh seluruh karyawan dan pemotongan nasi tumpeng yang dihadiri oleh jajaran direksi, kepala divisi, karyawan, Unit Bisnis Strategis, serta Pengurus Dana Pensiun Jasa Raharja di kantor Pusat Jasa Raharja, Sabtu, 1 Januari 2022.

Dirut Jasa Raharja juga menegaskan, menjaga amanah dan melaksanakan tugas harus dengan sepenuh hati, baik dari langkah-langkah strategis untuk menekan angka kecelakaan melalui program-program edukasi dan pencegahan kecelakaan, dan program-program edukasi untuk meningkatkan kepatuhan masyarakat dalam melunasi kewajibannya.

## MEMPERKUAT FUNDAMENTAL PERUSAHAAN

Sebagai perusahaan yang diamanatkan oleh UU untuk memberikan perlindungan dasar berupa santunan kecelakaan kepada setiap orang

yang meninggal dunia/cacat tetap akibat kecelakaan yang disebabkan oleh alat angkutan lalu lintas jalan baik di darat, laut maupun udara, Jasa Raharja terus memperkuat fundamental perusahaan terutama pelayanan kepada masyarakat. Langkah tersebut telah didukung oleh penguatan-penguatan yang telah dilakukan berupa digitalisasi proses bisnis melalui aplikasi JRKu yang lebih mutakhir (*update*), integrasi sistem informasi perusahaan, sumber daya manusia dengan *JR Leadership Academy* dan *sharing knowledge* dan *learning* yang lebih tepat sasaran, tata kelola kegiatan perusahaan di SIAPmobile versi II, dan penguatan-penguatan internal lainnya untuk meningkatkan kinerja perusahaan.

Sementara terkait visi menjadi akselerator kinerja unggul, Rivan Achmad Purwantono menegaskan, upaya yang dilakukan adalah tahun ini mulai dilakukan penganjuran rejuvenasi peringatan kepada masyarakat melalui *Redspot* (titik rawan kecelakaan), mencapai kinerja perusahaan yang tumbuh berkelanjutan, mencapai tujuan pertumbuhan *double-digit*, mencapai sasaran kelompok kerja informasi teknologi mulai dari pengumpulan data, integrasi aplikasi, *dashboard management*, *data governance*, *IT Innovation Management*.

"Akselerator kinerja unggul juga diwujudkan melalui pencapaian sasaran kelompok kerja human capital berupa talenta sumber daya yang unggul dalam *digital skill* dan *data analytics* yang mendukung peningkatan pendapatan, dan mencapai sasaran kelompok kerja *governance risk compliance* (GRC) berupa peningkatan budaya sadar risiko, peningkatan pendapatan yang dimiliki perusahaan dan anak perusahaan," ujar Dirut. ■



**Rivan Achmad Purwantono**  
Direktur Utama Jasa Raharja



# Pemutakhiran Data Peserta Tahun 2022

Setiap tahun pengurus DPJR senantiasa melakukan pemutakhiran data peserta melalui program Heregistrasi. Pada tahun ini, peserta diminta untuk heregistrasi hingga batas waktu pada April 2022.



ist.

Berkomitmen dalam memberikan pelayanan kepada peserta, inilah semangat yang terus dijaga oleh Pengurus DPJR. Salah satu langkah yang dilakukan adalah dengan memastikan kebenaran data peserta yang dilakukan reguler tiap tahun. Update atau pemutakhiran data peserta ini menjadi salah satu kunci untuk memastikan pelayanan dan terjaminnya hak peserta DPJR.

Pelayanan dalam konteks ini tentu saja adalah untuk memastikan status peserta agar Pengurus dapat memberikan manfaat pensiun dengan tepat dan kepada yang berhak.

Untuk tahun 2022 ini, Pengurus sudah melakukan sosialisasi sejak awal tahun. Hal ini dilakukan agar peserta bisa lebih siap untuk melakukan registrasi ulang. Formulir registrasi sendiri dibagikan kepada peserta awal Februari dan peserta diberi waktu cukup luang untuk mengembalikan formulir kepada DPJR hingga bulan April 2022.

Langkah pemutakhiran data peserta dana pensiun melalui registrasi ulang tentu saja merupakan bagian dari upaya pengelolaan dana pensiun yang sehat. Secara substansi, langkah ini menjadi upaya dalam meningkatkan pelayanan kepada para peserta. Di sisi lain, pendataan peserta melalui proses registrasi ulang dapat mengurangi potensi kekeliruan pembayaran manfaat pensiun kepada yang tidak berhak.

Sebagai prosedur yang umum dilakukan oleh pengelolaan dana pensiun, secara periodik para penerima manfaat pensiun memang harus melakukan otentikasi atau pendataan ulang untuk mengonfirmasi bahwa peserta masih hidup dan berhak untuk mendapatkan dana pensiun.

Hasil konfirmasi status peserta melalui pendataan ulang oleh peserta tentu sangat membantu Pengurus dalam memberikan pelayanan. Satu satu langkah yang menjadi penentu pelayanan Pengurus DPJR yang sangat berkomitmen penuh untuk memberikan yang terbaik.

Bagaimana jika ada peserta yang tidak melakukan registrasi hingga batas waktu yang sudah ditentukan? Sebagaimana pada tahun-tahun sebelumnya, mekanisme yang ditempuh Pengurus adalah dengan membekukan sementara Manfaat Pensiun peserta yang tidak melakukan registrasi ulang. Pembekuan atau penangguhan pembayaran Manfaat Pensiun hingga data terbaru peserta bersangkutan kembali diterima Pengurus.

Apa saja yang perlu disiapkan untuk melakukan registrasi ulang? Selain mengisi formulir, peserta pensiun, janda/duda, dan pensiun anak penerima manfaat pensiun harus melampirkan fotokopi Kartu Tanda Penduduk, Kartu Keluarga, serta NPWP. Persyaratan administratif ini menjadi bukti petunjuk bahwa dirinya memang berhak mendapatkan Manfaat Pensiun dari DPJR.

Jadi, jangan sampai telat ya Bapak/Ibu. ■



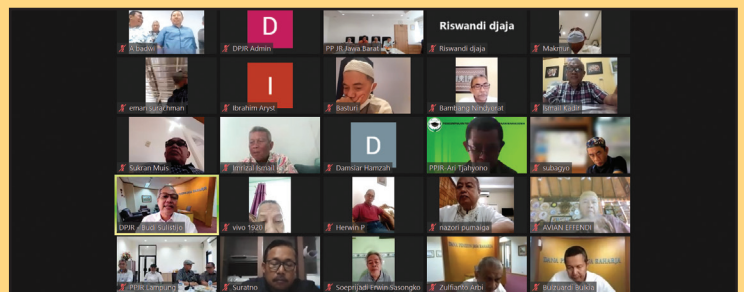
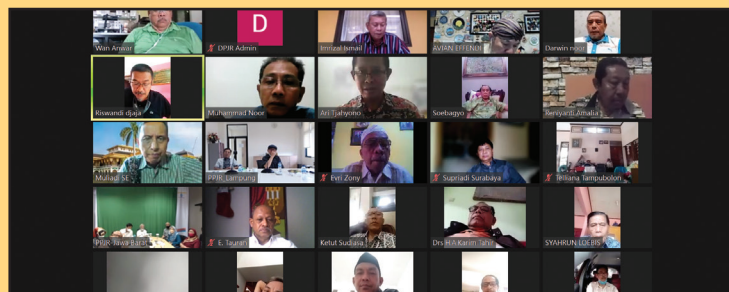
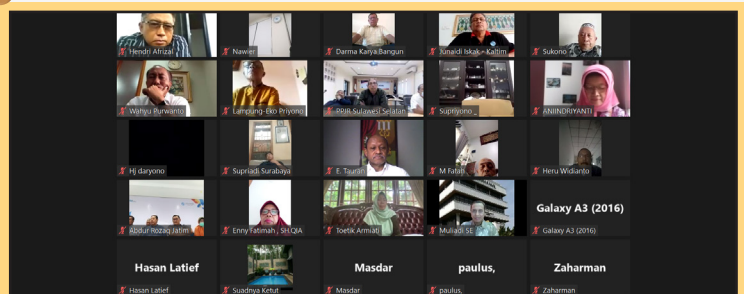
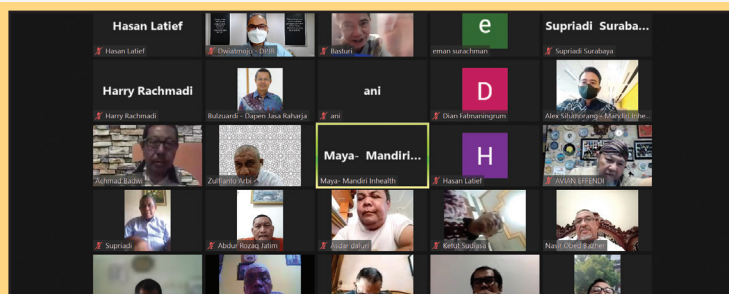
## Suasana Rapat Pengurus bersama PPJR



## Suasana Kunjungan Pensiunan



## Sosialisasi kepada seluruh Pensiunan mengenai Program Kesehatan Inhealth





# Suasana Tasyakuran

## HARI ULANG TAHUN DANA PENSIUN JASA RAHARJA KE-50





## Anang Witjaksono

Ketua Serikat Pekerja Jasa Raharja

# Lima Tahun yang Menentukan

Pensiun merupakan bagian dari siklus hidup yang tak dapat dihindari oleh setiap pegawai. Seperti halnya siklus kehidupan lainnya, pensiun memerlukan persiapan yang tidak sedikit. Persiapan ini menjadi kunci seseorang dapat menikmati masa pensiun dengan nyaman.



Menurut Anang Witjaksono, Ketua Serikat Pekerja Jasa Raharja, setiap pegawai harus memiliki kesadaran untuk mempersiapkan pensiun mereka. Persiapan itu sendiri harus dilakukan jauh-jauh hari sebelum masa pensiun itu tiba. “Lima tahun menjelang pensiun menjadi masa yang menentukan bagi pegawai untuk mempersiapkan diri,” ujarnya.

Kualitas hidup di masa pensiun sebenarnya bisa dipersiapkan setidaknya 5 s.d. 10 tahun sebelum pensiun. Apa yang dilakukan pegawai dalam 5 atau 10 tahun terakhir sebelum pensiun, sangat menentukan kualitas hidup mereka ketika masa pensiun itu tiba.

Menurut Anang, masa pensiun harus dipersiapkan secara matang. Anang bersyukur karena Jasa Raharja memiliki program rutin untuk membekali para pegawainya mempersiapkan pensiun. Merencanakan masa pensiun sebenarnya tidak perlu dibuat rumit, yang terpenting adalah menerapkan langkah-langkah yang baik dan benar.

Program pendidikan dan pelatihan bagi pegawai yang akan pensiun merupakan langkah nyata perusahaan untuk membantu pegawai dalam mempersiapkan diri. Dalam pendidikan dan pelatihan ini, selain mempersiapkan mental, peserta akan diberikan bekal

pengetahuan terkait jenis usaha yang dapat dijalankan setelah memasuki pensiun. Pada diklat ini, pegawai juga diajak untuk melakukan survei langsung ke tempat usaha yang akan dijalankan. Dengan melihat langsung, pegawai dapat

Selain membekali calon pensiunan dengan bekal pengetahuan wirausaha, hal lainnya yang juga tak kalah penting adalah membangun pola pikir pegawai terkait pensiun. Untuk menghadapi berbagai tantangan di masa pensiun, seseorang harus memiliki rasa optimistis dalam menjalani pensiun. Selain itu, ia juga harus menganggap masa pensiun sebagai masa berkarya dalam waktu tak terbatas, setelah masa kerja di perusahaan usai. Pola pikir positif dan sikap optimistis semacam ini, setiap pensiunan akan tetap mampu produktif.

Bagi pegawai Jasa Raharja, pembekalan semacam ini dapat melalui kegiatan sosialisasi yang diselenggarakan oleh Dana Pensiun Jasa Raharja. Anang berharap ke depan, sosialisasi dapat diteruskan. ■





# Optimis, 2022 Ekonomi Indonesia Menggeliat

Perekonomian Indonesia pada 2022 diprediksi akan semakin membaik dibandingkan tahun lalu. Sejumlah indikator seperti kredit, Indeks Keyakinan Konsumen, Indeks Manufaktur, dan perekrutan kembali oleh dunia usaha menunjukkan peningkatan. Pun neraca perdagangan yang kembali surplus.

Setelah babak belur dihajar pandemi Covid-19, ekonomi Indonesia mulai bangkit pada 2021. Memasuki 2022, perekonomian Indonesia diyakini akan membaik. Pemerintah memprediksi ekonomi akan tumbuh hingga 5 % sampai 5,5%. Optimisme juga tunjukkan oleh Bank Indonesia yang memperkirakan pertumbuhan ekonomi berkisar 4,7% sampai 5,5%. Pertumbuhan ini lebih baik dibandingkan 2021 yang tercatat 3,2-4,0 %.

Optimisme ini tumbuh seiring berlanjutnya penguatan ekonomi global yang berdampak pada kinerja ekspor, serta meningkatnya permintaan domestik dari kenaikan konsumsi dan investasi. Hal tersebut juga didukung vaksinasi, pembukaan sektor ekonomi, dan stimulus kebijakan.

Bank Dunia memperkirakan ekonomi Indonesia pada 2022 tumbuh 5,2%. Namun, menurut Satu Kahkonen, Direktur Bank Dunia untuk Indonesia dan Timor Leste, untuk mencapai pertumbuhan ekonomi 5,2%, Indonesia harus memenuhi beberapa syarat.

Syarat pertama, vaksinasi anti-virus corona harus sudah mencapai 70% di sebagian besar provinsi. Soal vaksinasi, laju vaksinasi di Indonesia terbilang cepat. Sampai dengan 14 Desember 2021, rata-rata sekitar 1,39 juta dosis dalam satu hari. Jika laju ini dapat dipertahankan, bahkan ditingkatkan, maka target 70% seperti yang disyaratkan Bank Dunia dapat dicapai pada 2022.

Syarat kedua, pemerintah dan bank sentral harus mempertahankan kebijakan yang akomodatif. Syarat ini, sepertinya juga dapat dipenuhi. Dari sisi fiskal, pemerintah masih mempertahankan pos anggaran



ist.

Pemulihan Ekonomi Nasional (PEN). Di bidang kesehatan, anggaran PEN mencakup penguatan untuk testing tracing, treatment, obat-obatan, insentif tenaga kesehatan, vaksinasi dan pengadaan vaksin, insentif perpajakan vaksin, dan penanganan kesehatan lainnya. Sementara untuk perlindungan sosial, Program Keluarga Harapan (PKH), Kartu Sembako, Kartu Prakerja, Dukungan Kehilangan Pekerjaan, dan Bantuan Langsung Tunai (BLT) Desa akan tetap berjalan.

Sementara di sisi moneter, BI masih akan mempertahankan kebijakan moneter akomodatif, setidaknya sampai tekanan inflasi benar-benar terlihat nyata. Suku bunga acuan kemungkinan tetap akan rendah, dan baru naik pada akhir 2022.

Menteri Koordinator Bidang Perekonomian Airlangga Hartarto menyebut, pengendalian pandemi menjadi kunci untuk pemulihan ekonomi dan pemerintah optimis di tahun 2022, pertumbuhan ekonomi dapat didorong ke 5,2%.

Meski demikian, pemulihan ekonomi di 2022 diprediksi tak akan selalu mulus. Direktur Center of Economic and Law Studies (CELIOS) Bhima Yudhistira mengungkapkan, pertumbuhan ekonomi RI masih dihantui oleh berbagai tantangan yang lebih kompleks dari 2021. Saat ini hantu inflasi sudah mengancam kualitas pertumbuhan ekonomi. (dbs) ■

Drs. H.Tjatoer Moeljoatmodjo, PIA

# Rencanakan Pensiun Sebelum Pensiun

Tjatoer Moeljoatmodjo menjalani masa pensiunnya dengan sederet kesibukan yang nyaris tanpa jeda. Selain berjalan kaki atau mengayuh sepeda saban pagi, Tjatoer juga mengurus bisnis sapi perah, kambing etawa, dan budidaya ikan gurame. Untuk menjalankan bisnisnya, Tjatoer ulang-alik Bogor, Ciawi, dan Cirebon.



alah, tentu saja. Namun, Tjatoer menikmati proses itu. Apalagi, ia menjalaninya bersama sang istri. “Sama sibuknya seperti saat masih aktif, namun sekarang lebih lepas,” ujarnya.

Tjatoer bercerita, sebelum mencicipi buah dari bisnisnya, ia harus menempuh jalan terjal. Minim pengalaman dan kurangnya pengetahuan, serta jaringan, membuat bisnis yang ia rintis, sempat kembang kempis. Bahkan, Tjatoer juga merasakan pahitnya tertipu kawan bisnis. Modal sebesar Rp150 juta untuk bisnis sapi perah, nyaris musnah. Meski merugi, pria kelahiran Lumajang, Jawa Timur ini, menolak menyerah. Berbekal tekad dan uang yang tersisa, ia memulai lagi dari awal. Kali ini, ia terjun langsung menjalankan bisnisnya.

Pada percobaan kedua, Tjatoer masih harus menempuh jalan berliku. Minimnya jaringan pemasaran membuatnya kesulitan menjual susu. Kondisi ini memaksanya menjual susu dengan harga yang tak sepadan dengan modal yang ia keluarkan. Namun, hal itu justru menantanginya untuk kian serius mendalami seluk beluk bisnis yang ia jalani. Setelah hampir tiga tahun merasakan jatuh bangun, Tjatoer bisa mencicipi hasil dari bisnis sapi perahnya.

Berhasil melewati masa sulit, membuat Tjatoer kian tertantang untuk mengembangkan bisnis. Ia pun mencoba peruntungan baru dengan menggeluti bisnis ternak kambing etawa. Bekal pengalaman, membuat Tjatoer bisa lebih berhati-hati dan mampu membuat perhitungan lebih matang.



Terbukti, kerja kerasnya tidak sia-sia. Bisnis barunya berjalan sesuai harapan.

Rupanya Tjatoer bukan orang yang cepat merasa puas. Keberhasilan yang baru diraihnya justru mendorongnya untuk merambah usaha baru, kali ini pembesaran ikan gurame. Bagi Tjatoer, salah satu kunci keberhasilan membangun usaha adalah berani dan cermat memanfaatkan momentum. Insting semacam ini, kata Tjatoer, akan terasah bila seseorang mau belajar dari pengalaman jatuh bangun membangun bisnis.

Berkaca dari pengalaman, Tjatoer berharap pegawai Jasa Raharja yang saat ini masih aktif, mulai mempersiapkan masa pensiunnya. Selain finansial yang harus dipersiapkan, mereka juga harus merencanakan jenis usaha yang akan dijalankan. “Lebih baik merencanakan jauh-jauh hari ketimbang setelah pensiun. Jangan dadakan seperti saya, kurang pengetahuan membuat saya harus merasakan pahitnya tertipu” ungkapnya. ■





Icha Nafisah

# Tetap Produktif Kala Pensiun

Icha mengibaratkan pekerjaan sebagai sebuah sumur. Jika sumur itu terus menerus diambil airnya, maka suatu hari sumur itu akan kering. Sebelum ini terjadi, maka lebih bijak bila membuat sumur yang baru.

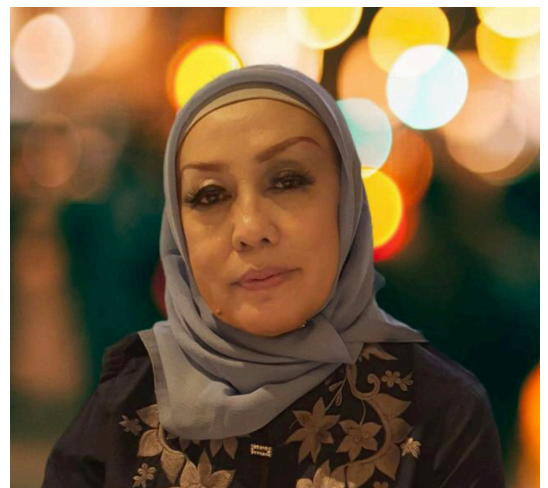
Pemilik nama lengkap Icha Nafisah ini mulai mempersiapkan pensiunnya kala ia masih aktif bekerja. Di sela-sela menjalankan tugasnya di Jasa Raharja, ia memanfaatkan waktu luangnya dengan mengikuti kursus tata busana dan kecantikan. "Saya senang dengan fesyen, karena itu, saya belajar di bidang ini," ungkapnya.

Langkahnya ini ia persiapkan karena ia menyadari betul dirinya tak akan selamanya bekerja sebagai pegawai. Sebelum waktu itu tiba, ia harus sudah siap menghadapi setiap perubahan yang terjadi setelah ia pensiun.

"Ibarat sumur, kalau saya gali setelah pensiun, belum tentu sumur itu keluar air dan belum tentu juga air yang keluar bersih. Jadi, saya memilih menggali sumur baru itu jauh-jauh hari sebelum masa pensiun saya tiba," ujarnya.

Keputusannya ini terbukti tepat. Saat ia pensiun pada 2001, Icha membuka usaha garmen. Keterampilan yang diperolehnya dari kursus menjadi bekal. Ia sendiri yang merancang desain pakaian. Dibantu sepuluh orang pegawai, Icha memproduksi baju muslim dengan merek "Puspita".

Prediksi Icha soal tantangan membuka usaha, ternyata terbukti. Seperti yang ia bayangkan, langkahnya dalam memulai usaha memang berat. Selain menghadapi persaingan usaha, ia juga mesti berbagi peran. Selain menjalankan usaha, ia juga harus mendampingi sang suami yang bertugas sebagai kepala cabang di salah satu bank pemerintah. Berpindah-pindah tempat tugas, menjadi salah satu tantangan yang harus ia hadapi.



Kegigihan Icha tak sia-sia. Di tengah persaingan yang ketat, ia menemukan celah pasar. Baju-baju muslim yang ia produksi ternyata laku di pasar Singapura, Brunei, dan Malaysia. Dalam satu bulan, sedikitnya tiga kodi ia kirim kepada perwakilan usaha di tiga negara tersebut.

Keberhasil Icha tetap produktif di masa pensiun, menjadi bukti bahwa pensiun memang harus dipersiapkan. Selain kerja keras, juga dibutuhkan kejelian untuk menentukan bidang yang hendak dipilih, termasuk potensi pasar dan tantangan yang akan dihadapi. "Paket" inilah yang mesti diperhitungkan oleh pensiunan ketika akan menentukan pilihan usaha.

"Saya punya prinsip, Allah memberikan kelebihan pada kita semua. Pertanyaannya, mau gak kita menggunakan kelebihan itu untuk memanfaatkan kesempatan yang Allah berikan kepada kita," pungkasnya. ■



Pembaca Info DPJR, Rubrik Konsultasi ini terbuka bagi pembaca semua. Redaksi menerima pertanyaan/konsultasi terkait topik pensiun secara umum maupun terkait Dana Pensiun Jasa Raharja. Silakan sampaikan pertanyaan pembaca sekalian melalui pesan WhatsApp di Nomor 08111 65 8080; Email: info@dapenjr.co.id



## RUBRIK KONSULTASI DPJR

### Pengasuh:

Yuniarso Dwiarmojo

& Triawan Ramadhanu

### Pertanyaan:

Registrasi ulang untuk tahun 2022 ini, apa aja persyaratannya?

### Jawab:

Terima kasih atas pertanyaannya. Sebelumnya kami informasikan bahwa registrasi ulang untuk Pensiunan kami selenggarakan setiap tahunnya untuk memastikan bahwa uang manfaat pensiun diterima oleh penerima manfaat pensiun yang berhak. Untuk form registrasi ulang tahun 2022 diharapkan sudah dikembalikan kepada kami sebelum tanggal 30 April 2022 dengan menyertakan dokumen fotocopy KTP, fotocopy KK, fotocopy NPWP (jika ada) dan photo terkini sambil memegang KTP.

### Pertanyaan:

Apabila ada peserta Pensiunan (orangtua) meninggal dunia, apa aja yang harus disiapkan si anak untuk mendapatkan manfaat pensiun dari orangtuanya yang meninggal dunia tersebut?

### Jawab:

Terima kasih atas pertanyaannya. Apabila seorang Pensiunan meninggal dunia maka ahli waris yang dapat melanjutkan penerimaan manfaat pensiun adalah suami/istri atau anak yang belum berusia 25 tahun. Dokumen yang diperlukan adalah surat keterangan kematian dan copy KK serta copy KTP dari ahli warisnya. Sekedar info, apabila seorang Pensiunan meninggal dunia maka 3 bulan berikutnya masih mendapatkan pembayaran MP full, baru pada bulan ke empat dan seterusnya bagi Janda/Duda atau Anak penerima MP akan mendapatkan pembayaran 75% dari nilai MP terakhir.

Sebuah penelitian di Inggris, menyebutkan bahwa membaca buku dapat menurunkan risiko stress hingga 67 persen. Maka, membaca buku adalah sebuah cara yang baik untuk membebaskan diri dari stress, khususnya bagi para lansia.

Kenapa para lansia? Karena berbagai faktor dapat membuat para lansia rentan terkena stress. Sebut saja misalnya kondisi fisik yang tidak lagi prima, aktivitas yang sudah berkurang banyak, waktu bersosialisasi juga berkurang dapat menjadi pemicu stress lansia.

Manfaat aktivitas membaca dapat mencegah stress, juga diungkapkan Kepala Dinas Kearsipan dan Perpustakaan Kota Depok, Siti Chaerijah Aurijah. Sebagaimana dilansir Liputan6.com, menurut Siti, membaca buku dapat menekan hormon kortisol. "Hormon yang dapat membuat Anda merasa stres," ujar Siti dalam webinar Geriatri TV.

## Membaca, Kiat Cegah Stres Lansia

Membaca ternyata tak hanya mampu membuka wawasan, tetapi juga bisa menjadi penawar stres. Terutama bagi mereka yang sudah memasuki usia lanjut.

Manfaat positif membaca tersebut tentu dapat dicapai dengan menerapkan membaca sebagai aktivitas rutin. Untuk menjadikan membaca sebagai kebiasaan, menurut Siti ada beberapa langkah yang harus dilakukan, yaitu:

- ➔ Memotivasi dan menanamkan dalam diri bahwa membaca adalah hal yang menyenangkan;
- ➔ Memilih buku yang sesuai dengan minat dan hobi agar lebih mudah dipahami dan dinikmati. Bagi yang hobi kuliner, bisa membaca buku tentang kuliner dan mungkin ada panduan untuk membuat kuliner tertentu sehingga mempraktikkan dan tidak berhenti belajar;
- ➔ Mengawali dari minat baca, gemar baca, sampai akhirnya terbentuk kebiasaan dan budaya baca;
- ➔ Siapkan waktu dengan cukup istirahat dan tidur agar membaca menjadi waktu yang menyenangkan. ■



# Merawat Fungsi Otak dengan Membaca

Membaca mendatangkan banyak manfaat bagi lansia. Aktivitas ini dipercaya dapat menghilangkan stres, juga mencegah demensia atau sindrom yang berkaitan dengan penurunan fungsi otak.



ist.

Usia senja identik dengan penurunan fungsi kognitif. Salah satu yang paling sering menyerang adalah pikun. Namun, laju penurunan ini dapat diperlambat dengan terus melatih fungsi otak, salah satunya dengan membaca. Hasil penelitian yang diterbitkan jurnal *Proceeding of National Academy of Sciences* pada 2001, menyebutkan, orang dewasa yang biasa melakukan aktivitas yang melibatkan otak seperti membaca atau bermain teka-teki, cenderung jarang terkena Alzheimer. Masih menurut penelitian tersebut, hal ini, disebabkan karena sel-sel otak terus dirangsang sehingga terhubung dan berkembang.

Membaca secara teratur juga dapat meningkatkan kekuatan otak. Seperti halnya jogging melatih sistem kardiovaskular, membaca secara teratur meningkatkan fungsi memori dengan memberikan kesempatan bagi otak untuk melakukan olahraga dengan baik. Menurut penelitian yang diterbitkan dalam *Neurology*, membaca secara teratur dapat membantu memperlambat proses penurunan fungsi, menjaga pikiran lebih tajam lebih lama. Latihan otak yang terus-menerus akan memperlambat penurunan mental hingga 32 persen.

Kondisi fisik yang tidak lagi prima, kesulitan mengutarakan keinginan, dan keterbatasan mobilitas merupakan sejumlah faktor yang

menyebabkan seseorang yang sudah lanjut usia (lansia) rentan mengalami stres. Salah satu jalan untuk mencegah stres adalah membaca. Selain dapat melatih ingatan dan mencegah pikun, membaca juga sangat bermanfaat untuk menjaga emosi para lansia agar tetap stabil.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian di Mindlab Internasional, *University of Sussex*, tahun 2009, menyebutkan, membaca adalah cara paling efektif untuk menekan stres. Membaca bahkan mengalahkan aktivitas hiburan lain, seperti mendengarkan musik, menikmati secangkir teh atau kopi, atau berjalan-jalan.

Bacaan yang baik dapat memudahkan seseorang untuk

berhubungan dengan orang lain. Seorang pembaca buku fiksi dan sastra lebih mudah membaca emosi seseorang. Hal ini membantu mereka untuk lebih memahami apa yang dirasakan oleh orang lain.

Ritual membaca sebelum tidur, juga memberikan manfaat bagi tubuh. Membaca sama dengan memberi sinyal kepada tubuh, bahwa inilah saatnya untuk beristirahat dan tidur. Berbeda halnya dengan menatap layar telepon genggam atau tablet yang justru membuat terjaga lebih lama, atau bahkan mengganggu tidur, membaca beberapa halaman buku sebelum tidur dapat membantu seseorang lebih cepat tidur dan memiliki kualitas tidur yang lebih baik. ■



ist.

# Daftar Pensiun Baru & Pensiun Meninggal Dunia

## DAFTAR PENSIUN BARU

PER JANUARI - DESEMBER 2021

No.	Nama	Jabatan	TJ	SG	Manfaat Pensiun
<b>JANUARI 2021</b>					
1	Afandi	Pelaksana Administrasi TK. I Samsat Palopo	K	K	Normal
2	Arief Mustaqim	Fungsional Madya TK. I - Satuan Pengawasan Intern	F	F	Normal
3	Desy Kartikawati	Fungsional Muda TK. II - Divisi Asuransi	I	I	Normal
<b>MARET 2021</b>					
4	Arief Dewanto	Kepala Urusan MR Operasional	F	F	Normal
<b>APRIL 2021</b>					
5	Edwin Rahadian Mulia	Pjt. Kepala Perwakilan TK. I Bogor	G	H	Normal
<b>MEI 2021</b>					
6	H. Totok Ery Soekamto, SH	Kepala Perwakilan TK. II Indramayu	H	H	Normal
7	I Made Serija, SE, M.Si	Staff Administrasi TK.I Samsat Bitung	K	K	Normal
<b>JUNI 2021</b>					
8	Moch. Toha, SH	Kepala Cabang Administrasi	G	G	Normal
9	Yusdar Sani, SE	Staff Administrasi TK.I Samsat Kisaran	K	K	Normal
10	Q. Aeni Syamlawi, SE. MM. PIA	Staff Eksekutif TK. II	C	C	Normal
<b>JULI 2021</b>					
11	Masdar, SH	Pjt. Kepala Perwakilan TK. I Magelang			Normal
12	Suratno, SE., MM	Kepala Cabang Kalimantan Timur			Normal
<b>AGUSTUS 2021</b>					
13	Desmon Hasatan Tambunan, S.Sos	PJT Kepala Perwakilan TK. I Jakarta			Normal
14	Dr. Ir Sulistianingias, MM, AA-K, CRMP, CRGP	Kepala Divisi Human Capital			Normal
<b>SEPTEMBER 2021</b>					
15	Agus Daryanto, SE	Kepala Urusan Pengadaan dan Pengelolaan Aset Divisi Umum			Normal
<b>OKTOBER 2021</b>					
16	A.M.Tawil, SE, MM, QIA, CRGP	Fungsional Utama TK. I			Normal
17	Simeon Pasarbu, SE	Fungsional Muda TK. II			Normal
18	Sopyan Adi Nugroho, SE, MM, QWP	Kepala Bagian Operasional			Normal
<b>NOVEMBER 2021</b>					
19	Budhi Hartanto Samiyana, SE, PIA, QRMP	Auditor Utama Tk.I			Normal
20	Kenedi, SE. AAAI-K	Fungsional Madya Tk.I			Normal
21	Jhon Veredy Panjaitan, SE	Kepala Cabang Sumatera Utara			Normal
22	Sunarto	Pelaksana Administrasi TK. I			Normal
23	Suryadi, SE., CFP, RSA, CRP, QWP	Kepala Cabang Sulawesi Tengah			Normal
24	Sri Mulyana, SE	Fungsional Muda Tk. II			Normal
25	Khairul Patra, SE	Kepala Perwakilan Tk. II Meulaboh			Normal
26	Syarifah Muzarina	Kepala Sub Bagian Administrasi Santunan			Normal
<b>DESEMBER 2021</b>					
27	Muhammad Novion, SH	Pelaksana Administrasi Tk. I Samsat Kab. Pariaman			Normal
28	Hendri Afrizal, SE,MM,PIA,CFR,CRGP	Kepala Cabang Utama Jawa Barat			Normal
29	H. Dedy Sudrajat, SH, MM, CRGP	Kepala Divisi Umum			Normal
30	Andi Santoso, SE	Kepala Seksi Kas dan Verifikasi Transaksi			Normal
31	Cornelius Saksono, SE, MM, PIA	Kepala Urusan Perencanaan Keuangan dan Pengelolaan Kinerja			Normal
32	Achmad Irwan Sjukrijaya, SE. MM. AWP	Kepala Sub Bagian Human Capital dan Umum			Normal
33	Tri Haryanto, M.Kom,MPM,CRGP, COBIT, ITIL, TOGAF	Kepala Divisi Teknologi Informasi dan Komunikasi			Normal

## DAFTAR PENSIUN MENINGGAL DUNIA

PER JANUARI - DESEMBER 2021

No.	Nama	Domisili/Asal Pensiun	Usia	Tanggal Meninggal Dunia
<b>JANUARI 2021</b>				
1	H.R. Rokayah (Jd.Alm. Sudaryo Sastrodiningrat)	Jawa Barat	74	02/01/21
2	Mih (Jd.Alm.Bpk. Uta)	Jawa Barat	70	04/01/21
3	Nubeir Hibrizy, SH. H.,	Sulawesi Selatan	59	06/01/21
4	Palupi Andiyani	Banten	63	10/01/21
5	Trisno Sanyoto, CBM.	Jawa Barat	71	18/01/21
6	Masturi	Jawa Timur	69	19/01/21
7	Dewi Wulansih (Jd.Alm.Bpk. Djoko Sutomo)	Jawa Barat	62	19/01/21
8	Salmi Ilyas Hj., (Jd.Alm.H. Anwar Ismail)	Nusa Tenggara Barat	70	25/01/21
9	Safrudin	Jawa Tengah	71	27/01/21
<b>FEBRUARI 2021</b>				
10	Sujadi	DKI Jakarta	60	14/02/21
11	Hamid Mokoginta, SH.	Sulawesi Utara	70	20/02/21
12	Mini Hj., (Jd.Alm.H. Apin bin Aribin)	Jawa Barat	80	22/02/21
13	Syafrial Chaniago	Sumatera Utara	74	24/02/21
14	Syaifinarti (Jd.Alm.Bpk. Syahril Zainuddin)	Sumatera Selatan	74	25/02/21
15	Anggriani Wijaya (Jd.Alm. Herman Haryono)	DKI Jakarta	92	26/02/21
<b>MARET 2021</b>				
16	Sarni (Jd.Alm. Abdurachman Arich)	Jawa Barat	83	02/03/21
17	Mariati Simanjuntak	Sumatera Utara	71	03/03/21
18	Sujito	D.I Yogyakarta	61	28/03/21
<b>APRIL 2021</b>				
19	Alamsyah, SH.	Riau	64	04/04/21
20	Noer Maksoedi, SH. H.,	Jawa Tengah	72	25/04/21
21	Rohani (Jd.Alm.Bpk. Ali Hanafiah)	DKI Jakarta	71	25/04/21
22	David Dae Panie	Nusa Tenggara Timur	56	10/04/21
23	M. Saleh Harahap	Sumatera Utara	75	26/04/21
<b>MEI 2021</b>				
24	Yunizar, B.Ac. H.,	Sumatera Barat	60	05/05/21
25	Darlis Lanteh, MM. Drs.,	DKI Jakarta	74	08/05/21
26	Puji Laksono, SE.	D.I Yogyakarta	64	12/05/21
27	Budi Harjuti (Jd.Alm.Drs. Sutrisno)	Jawa Timur	70	13/05/21
28	Shoukat, A.Md. H.,	DKI Jakarta	67	30/05/21
29	Kemas Moh. Toyib	Jambi	75	31/05/21
<b>JUNI 2021</b>				
30	Sairin Harahap	DKI Jakarta	81	01/06/21
31	Wahyu Kuswalyo	Jawa Tengah	65	10/06/21
32	Djumiyah (Jd.Alm. Amiruddin)	Banten	78	17/06/21
33	Zulkani Salam	Sumatera Selatan	62	28/06/21
34	D. Saodah (Jd.Alm.Bpk. Edy Suparman)	DKI Jakarta	84	28/06/21
<b>JULI 2021</b>				
35	Suhaimi Ismail, SE.MBA. H.,	Kalimantan Selatan	70	08/07/21
36	Songeb Budiarnan, SH.	Jawa Timur	63	11/07/21
37	Sabat Wagiman	Jawa Barat	63	13/07/21
38	Mohammad Yunus	Sumatera Utara	62	13/07/21
39	Mochamad Latief	Jawa Barat	68	13/07/21
40	A.A. Ngurah Adnyana Diptha,SH.MM.	DKI Jakarta	72	15/07/21
41	Syafei	Jawa Barat	70	20/07/21
42	Tisnah (Jd. Alm. Bpk Djarnu Martuodojo)	Jawa Barat	72	28/07/21
43	Mulyadi Edy Saputra	Sumatera Utara	71	29/07/21
44	D. Saodah (Jd.Alm.Bpk. Edy Suparman)	DKI Jakarta	84	28/06/21
<b>AGUSTUS 2021</b>				
35	Ni Ketut Kartika Aryanti	Bali	62	09/08/21
36	Zahirman Harun	Sumatera Selatan	62	30/08/21
<b>SEPTEMBER 2021</b>				
35	Soetinah Deborah Agustina (Jd.Alm.Willy W)	Jawa Barat	73	16/09/21
36	Yuliani (Jd.Alm.Bpk. Yani Arlis, SE.)	Sumatera Selatan	63	16/09/21
37	Sofian Ali, BSc.	Banten	71	20/09/21
<b>OCTOBER 2021</b>				
35	Job Enoch Rumeser	DKI Jakarta	69	24/10/21
<b>NOVEMBER 2021</b>				
35	Purwanto Sumadi, Bc.Kn	Sulawesi Selatan	66	05/11/21
<b>DECEMBER 2021</b>				
35	Muriati (Jd.Alm. Junardi Badim)	Sumatera Selatan	69	08/12/21

