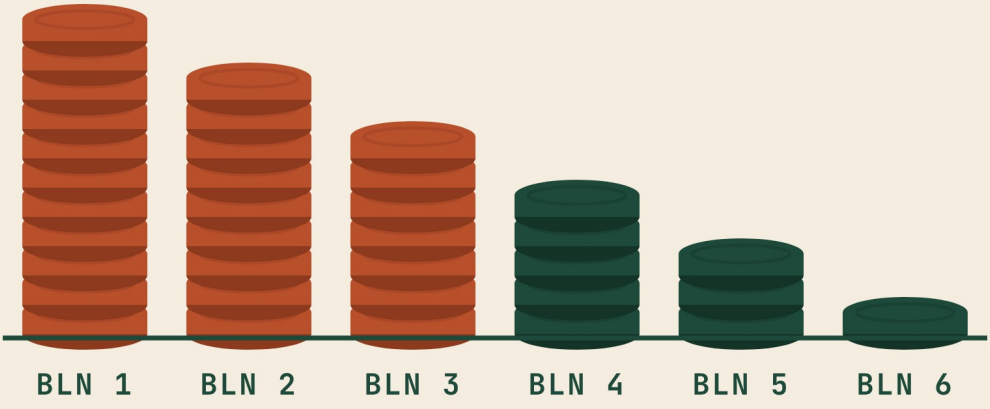
SERI KEUANGAN PRIBADI

BOOKS DENASHURYA

Lunas Utang *Pinjol* dalam 6 Bulan

Rencana langkah demi langkah



DR. NUGRA IRIANTA DENASHURYA, BSBA, MM, CRP

Utang yang sudah dihitung selalu terasa lebih kecil daripada utang yang hanya dibayangkan.

SERI KEUANGAN PRIBADI

Lunas Utang Pinjol dalam 6 Bulan

UNDANG-UNDANG NOMOR 28 TAHUN 2014 TENTANG HAK CIPTA

Fungsi dan Sifat Hak Cipta, Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan, Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

a. penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
b. penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
c. penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan fonogram yang telah dilakukan pengumuman sebagai bahan ajar; dan
d. penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

Sanksi Pelanggaran, Pasal 113

1. Setiap orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000,00 (seratus juta rupiah).
2. Setiap orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

SERI KEUANGAN PRIBADI

Lunas Utang *Pinjol* dalam 6 Bulan

Rencana langkah demi langkah untuk keluar dari jerat pinjaman online, dengan angka nyata dan lembar kerja siap isi.

DR. NUGRA IRIANTA DENASHURYA, BSBA, MM, CRP

BOOKS DENASHURYA

BOOKS.DENASHURYA.COM

Lunas Utang Pinjol dalam 6 Bulan
Rencana Langkah demi Langkah

PENULIS
Dr. Nugra Irianta Denashurya, BSBA, MM, CRP

DESAIN SAMPUL DAN TATA LETAK
Books Denashurya

UKURAN
15,5 × 23 cm

EDISI
Edisi digital pertama, 2026

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak, menyalin, atau menyebarkan sebagian maupun seluruh isi buku ini dalam bentuk apa pun tanpa izin tertulis dari penerbit, kecuali kutipan singkat untuk keperluan ulasan.

Buku ini bersifat edukasi umum tentang pengelolaan keuangan pribadi. Isinya bukan nasihat keuangan, investasi, atau hukum yang dipersonalisasi. Untuk kasus yang melibatkan ancaman, pelecehan, atau dugaan pinjaman ilegal, hubungi Otoritas Jasa Keuangan (OJK) melalui kontak 157.

DITERBITKAN OLEH BOOKS DENASHURYA
books.denashurya.com

PENGANTAR

Kata Pengantar

Buku ini ditulis untuk satu tujuan: membantu Anda keluar dari utang pinjaman online dengan rencana yang bisa dihitung, bukan dengan semangat sesaat yang habis dalam seminggu.

Banyak orang yang terjerat pinjol sebenarnya orang yang bertanggung jawab. Mereka bekerja setiap hari, membayar tagihan setiap bulan, dan tidak pernah berniat lari dari kewajiban. Yang mereka tidak punya adalah peta. Berapa sebenarnya total utang mereka? Dari mana uang untuk melunasinya akan datang? Pinjaman mana yang harus diselesaikan lebih dulu? Apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan penagih? Tanpa jawaban atas pertanyaan sederhana ini, setiap bulan terasa seperti berlari di tempat.

Karena itu buku ini tidak berisi nasihat umum seperti "kurangi belanja" atau "hiduplah hemat". Setiap bab disusun sebagai langkah kerja. Ada angka nyata dalam Rupiah, ada tabel yang bisa langsung disalin, dan ada lembar kerja yang bisa diisi pada hari yang sama saat membaca. Seluruh contoh dihitung dengan cermat supaya Anda bisa mengikuti logikanya, lalu menggantinya dengan angka Anda sendiri.

Buku ini juga memuat ringkasan aturan resmi yang melindungi Anda sebagai peminjam: batas bunga, batas denda, cara

penagihan yang diizinkan, dan jalur pengaduan. Mengetahui hak sendiri sering kali menjadi langkah pertama untuk berhenti merasa takut.

Saya menyadari bahwa utang bukan hanya soal uang. Ada rasa malu, cemas setiap kali ponsel berbunyi, dan beban yang sulit diceritakan kepada orang terdekat. Buku ini tidak akan menghakimi keputusan yang sudah lewat. Fokusnya adalah apa yang bisa Anda lakukan mulai hari ini.

Semoga buku ini menjadi titik balik yang tenang dan terukur, dan enam bulan dari sekarang Anda bisa membuka ponsel tanpa rasa takut.

Pontianak, November 2026

PENULIS

PANDUAN

Cara Memakai Buku Ini

Buku ini dirancang untuk dikerjakan, bukan sekadar dibaca. Bacalah bab demi bab secara berurutan, karena setiap bab memakai hasil dari bab sebelumnya. Angka yang Anda hitung di Bab 1 akan dipakai di Bab 5, dan rencana di Bab 9 disusun dari semua hasil itu.

Susunan buku

Buku ini terbagi menjadi empat bagian besar.

01 **Memahami posisi Anda** (Pendahuluan, Bab 1, Bab 2). Anda akan menghitung total utang yang sebenarnya dan mengenali hak-hak Anda sebagai peminjam.

02 **Menghentikan kebocoran** (Bab 3, Bab 4, Bab 5). Anda berhenti menambah pinjaman, mengaudit pengeluaran selama tujuh hari, lalu menetapkan Dana Pelunasan bulanan.

03 **Melunasi dengan strategi** (Bab 6 sampai Bab 10). Anda memilih urutan pelunasan, mencari tambahan dana secara legal, bernegosiasi, dan menjalankan rencana bulan ke bulan.

04 **Menjaga hasilnya** (Bab 11, Bab 12, dan bagian akhir). Anda belajar dari contoh nyata dan menyiapkan pagar supaya tidak kembali terjerat.

Kerjakan lembar kerjanya

Di bagian akhir buku tersedia lampiran berisi lembar kerja kosong: pemetaan utang, anggaran bulanan, rencana enam bulan, daftar periksa mingguan, dan contoh pesan negosiasi. Isilah lembar kerja itu dengan angka Anda sendiri. Anda boleh mencetaknya, menyalinnya ke buku catatan, atau memindahkannya ke aplikasi catatan di ponsel. Yang penting, angka Anda tertulis dan bisa dilihat kembali.

Sepanjang buku, Anda akan bertemu dengan Rina, tokoh ilustrasi dengan gaji Rp 4.500.000 per bulan dan tiga pinjaman aktif. Seluruh angka Rina dihitung dengan cermat dan konsisten dari bab ke bab, sehingga Anda bisa memakai polanya sebagai contoh.

Ikuti irama enam bulan

Rencana di buku ini berjalan dalam irama yang sederhana:

- **Minggu pertama:** baca Bab 1 sampai Bab 5, petakan utang, dan lakukan audit tujuh hari.
- **Setiap hari gajian:** pindahkan Dana Pelunasan ke rekening terpisah sebelum uang terpakai.
- **Setiap minggu:** gunakan daftar periksa mingguan, cukup sepuluh sampai lima belas menit.
- **Setiap awal bulan:** perbarui lembar pemetaan utang dan lihat seberapa jauh saldo sudah turun.

CATATAN PENTING

Buku ini bersifat edukasi umum tentang pengelolaan keuangan pribadi. Isinya bukan nasihat keuangan, investasi, atau hukum yang disesuaikan dengan situasi Anda. Ringkasan aturan di dalamnya disusun berdasarkan ketentuan yang berlaku saat buku ini ditulis dan dapat berubah. Untuk kasus yang melibatkan ancaman, pelecehan, atau dugaan pinjaman ilegal, hubungi Otoritas Jasa Keuangan (OJK) melalui telepon 157 atau WhatsApp 081 157 157 157.

NAVIGASI

Daftar Isi

Kata Pengantar v

Cara Memakai Buku Ini vii

Susunan buku viii
Kerjakan lembar kerjanya viii
Ikuti irama enam bulan ix

Kenapa pinjol terasa seperti lubang tanpa dasar 1

Siklus gali lubang tutup lubang 2
Ini soal matematika, bukan soal niat 3
Kenapa kita cenderung menghindar 4
Mengenal Rina 5
Apa yang biasanya terjadi di bulan pertama 6
Tiga pilar rencana enam bulan 7
Apa yang akan Anda miliki setelah enam bulan 8
Sebelum melangkah lebih jauh 9

01 **Hitung angka sebenarnya** 11

Cek kelayakan target Anda 18
Jika Anda menemui kendala saat mendata 18

Contoh kedua: menyamakan satuan untuk pinjaman lain 19
Kesalahan yang sering terjadi 20
02 **Kenali hak Anda** 22

Pinjol, pindar, dan siapa yang mengawasi 23
Batas bunga dan denda 23
Batas total 100 persen 24
Paling banyak tiga penyelenggara 25
Cara mengecek legalitas pinjol 25
Aturan penagihan: apa yang boleh dan tidak boleh . . . 26
Kontak darurat bukan untuk ditagih 27
Jalur pengaduan 27
Pinjol ilegal: sikap yang aman 29
SLIK: riwayat pembayaran Anda tercatat 29
Waspada hoaks pemutihan 30
Jika Anda mengalami situasi berikut 30
Kesalahan umum setelah mengetahui hak 32
03 **Hentikan pendarahan** 34

Mengapa gali lubang tutup lubang selalu memperdalam lubang 35
Mengapa sulit berhenti, walaupun sudah tahu 36
Protokol 72 jam pertama 37
Kalau godaan untuk meminjam datang 40
Dana darurat mini: pagar pengaman agar tidak meminjam lagi 41
Kalau terlanjur meminjam lagi 42
04 **Audit keuangan 7 hari** 44

Mengapa harus tujuh hari, bukan perkiraan 45
Mengelompokkan pengeluaran menjadi tiga kategori . 47
Contoh: hasil audit Rina 48
Memangkas tanpa menyiksa diri 49
Aturan 50/30/20 sebagai alat periksa 50
Kesalahan yang sering terjadi saat audit 51
Melibatkan pasangan atau keluarga 52

05 **Menyusun Dana Pelunasan** 54

Membagi sisa gaji menjadi dua pos 55
Memastikan Dana Pelunasan cukup untuk pembayaran minimum 56
Memisahkan Dana Pelunasan di hari gajian 57
Menyusun kalender pembayaran 59
Berapa besar Dana Pelunasan yang ideal 60
Jika penghasilan Anda tidak tetap 61
Kesalahan yang sering membuat Dana Pelunasan gagal 61
Meninjau ulang setiap bulan 63

06 **Memilih strategi pelunasan** 65

Aturan dasar yang berlaku untuk semua strategi 66
Mengapa kemenangan cepat itu penting 70
Strategi gabungan: aturan praktis untuk kasus yang tidak rapi 70
Yang sering keliru saat menjalankan strategi 72
Jika muncul kebutuhan mendadak di tengah jalan . . . 73
Membuat strategi terasa nyata setiap hari 74
Apa yang terjadi jika Dana Pelunasan berubah 74

07 **Menambah dana pelunasan** 76

Prinsip dasar: uang tambahan punya satu tujuan 77
Rencana pemasukan tambahan enam bulan 82
Konsolidasi yang sah dan gali lubang tutup lubang . . . 82
Waspadai jasa yang menjanjikan utang "beres" 84
Kesalahan yang sering terjadi 85
Menyatukan semuanya 86

08 **Bernegosiasi dengan pemberi pinjaman** 87

Kapan sebaiknya bernegosiasi 88
Apa yang bisa diminta 88
Menghadapi jawaban yang sering muncul 93
Jika punya beberapa pinjaman sekaligus 93
Berapa nilai negosiasi yang berhasil 94

Menilai tawaran perpanjangan tenor 95
Setelah kesepakatan tercapai 95
Jika negosiasi ditolak atau tidak ditanggapi 96
Kesalahan yang sering terjadi saat bernegosiasi 97

09 **Rencana bulan ke bulan** 99

Sebelum bulan 1 dimulai: hari gajian pertama 101
Bulan 1: membersihkan denda dan menyerang Pinjol C 101
Bulan 2: pinjaman pertama lunas 103
Bulan 3: semua tenaga ke Pinjol A 104
Bulan 4: melewati titik tengah 105
Bulan 5: dua pinjaman lunas 107
Bulan 6: garis finis 108
Jika rencana meleset di tengah jalan 109

10 **Menghadapi penagih** 111

Aturan penagihan yang berlaku 112
Penagihan wajar dan pelanggaran 113
Enam situasi penagihan 116
Mendokumentasikan tekanan 119
Ke mana melapor 121
Jika meminjam di pinjol ilegal 122
Jika data disebar 122
Melindungi data pribadi Anda 124
Menjaga ketenangan diri selama proses 124
Daftar periksa menghadapi penagih 125

11 **Tiga skenario nyata** 127

Skenario 1: Dimas 128
Skenario 2: Sari dan Anto 131
Skenario 3: Fajar 134
Benang merah ketiga skenario 138

12 **Menjaga diri** 139

Dana darurat: tameng pertama Anda 140
Kenali pemicu Anda 142

Aturan pribadi yang menjaga Anda 143
Paylater: utang yang terasa seperti fitur 144
SLIK dan masa depan kredit Anda 145
Merayakan kemajuan tanpa merusaknya 146
Tinjauan bulanan 147
Penutup bab: babak baru 148

Pertanyaan yang sering muncul 149

Enam bulan dari *sekarang* 156

A **Pemetaan utang** 158

B **Anggaran bulanan** 160

C **Rencana enam bulan** 162

D **Daftar periksa mingguan** 164

E **Contoh pesan** 166

Glosarium 169

Rujukan dan kanal resmi 172

Kanal resmi 173

Tentang Penulis 174

PENDAHULUAN

Kenapa pinjol terasa seperti *lubang tanpa dasar*

Utang yang terus bertambah walau sudah dicicil bukan soal kurang niat. Ini soal matematika, dan matematika bisa dihitung ulang.

Bayangkan situasi ini. Gaji masuk tanggal 25. Tanggal 28 sebagian besar sudah terpakai untuk membayar tagihan pinjaman online yang jatuh tempo. Sisa uang untuk hidup sampai akhir bulan tidak cukup, jadi dibuka lagi aplikasi pinjol lain untuk menutup kekurangan itu. Bulan berikutnya, tagihannya bertambah satu. Siklus ini berulang, dan angka yang terlihat di layar ponsel terus membesar meskipun rasanya Anda sudah membayar terus.

Jika situasi itu terasa akrab, Anda tidak sendirian, dan Anda juga tidak bodoh. Pinjaman online dirancang agar mudah diambil: cukup beberapa menit, beberapa foto, dan dana cair. Kemudahan itu sangat membantu saat benar-benar darurat. Masalahnya muncul ketika pinjaman kecil dipakai untuk menutup pinjaman kecil lainnya, sampai akhirnya ada tiga atau empat tagihan yang jatuh tempo pada tanggal berbeda setiap bulan.

Siklus gali lubang tutup lubang

Hampir semua orang yang terjerat pinjol melewati pola yang mirip. Polanya kira-kira seperti ini:

01 Ada kebutuhan mendadak: biaya berobat, sekolah anak, motor rusak, atau gaji yang terlambat.

02 Pinjaman pertama diambil. Jumlahnya kecil dan terasa aman.

03 Saat jatuh tempo, gaji sudah terbagi untuk kebutuhan rutin, sehingga pembayaran terasa berat.

04 Untuk membayar pinjaman pertama, diambil pinjaman kedua di aplikasi lain.

05 Bunga dan denda dari kedua pinjaman mulai berjalan bersamaan.

06 Pinjaman ketiga diambil untuk menutup yang kedua, dan seterusnya.

Setiap langkah dalam pola ini terasa masuk akal pada saat diambil. Di hari itu, meminjam lagi memang terlihat seperti satu-satunya cara supaya tidak terlambat bayar. Tetapi jika dilihat dari atas, setiap pinjaman baru tidak mengurangi masalah. Ia hanya memindahkan masalah ke bulan depan, ditambah bunga dan biaya baru.

Ada satu hal lagi yang membuat siklus ini sulit diputus: setiap pinjaman baru memberi rasa lega sesaat. Begitu dana cair, tekanan hari itu hilang. Rasa lega inilah yang membuat langkah berikutnya terasa wajar, padahal tagihan yang lebih besar sudah menunggu di bulan depan.

Meminjam untuk membayar pinjaman tidak mengurangi utang. Ia hanya memindahkan tanggal masalahnya.

Ini soal matematika, bukan soal niat

Banyak orang yang terjerat merasa dirinya kurang disiplin atau kurang berusaha. Padahal dalam kebanyakan kasus, masalah utamanya adalah hitungan.

Pinjaman online umumnya bertenor pendek dan bunganya dihitung harian. Angka harian terlihat kecil, misalnya 0,2% per hari. Namun jika dikalikan 30 hari, angka itu menjadi sekitar 6% per bulan. Bandingkan dengan kenaikan gaji yang biasanya hanya beberapa persen per tahun. Ketika bunga dan denda bertambah lebih cepat dari kemampuan membayar pokok, utang akan terasa bertambah sendiri walaupun Anda sudah mencicil setiap bulan.

Ada tiga hal yang membuat hitungan ini terasa kabur:

- **Angka tersebar di beberapa aplikasi.** Setiap aplikasi menampilkan tagihannya sendiri. Jarang ada orang yang menjumlahkan semuanya dalam satu tabel.
- **Jatuh tempo berbeda-beda.** Tanggal 5, 12, dan 20 terasa seperti tiga masalah terpisah, padahal semuanya diambil dari gaji yang sama.
- **Denda menumpuk diam-diam.** Keterlambatan beberapa hari menambah denda yang sering tidak disadari sampai tagihan berikutnya datang.

Karena masalahnya ada pada hitungan, jalan keluarnya juga dimulai dari hitungan. Begitu semua angka terkumpul di satu tempat, utang yang tadinya terasa tanpa ujung berubah menjadi angka yang punya batas. Angka yang punya batas bisa direncanakan.

Kenapa kita cenderung menghindar

Ketika utang terasa menakutkan, reaksi yang paling umum adalah menghindar. Notifikasi dibiarkan menumpuk, aplikasi tidak dibuka, dan telepon dari nomor tak dikenal tidak diangkat. Dalam ilmu perilaku keuangan, kecenderungan menghindari informasi yang tidak menyenangkan ini sering dijuluki *efek burung unta*: seperti burung yang diibaratkan menyembunyikan kepala di pasir, kita berharap masalah hilang jika tidak dilihat.

Menghindar terasa melegakan dalam jangka pendek. Otak kita lebih peka terhadap rasa tidak nyaman yang terjadi sekarang daripada kerugian yang datang nanti. Membuka aplikasi dan melihat angka tagihan memberi rasa cemas hari ini, sedangkan denda yang bertambah baru terasa minggu depan. Akibatnya, menunda selalu tampak sebagai pilihan yang lebih ringan.

Masalahnya, utang tidak ikut berhenti ketika kita berhenti melihatnya. Bunga tetap berjalan, denda tetap menumpuk, dan setiap hari penundaan membuat angka yang nanti harus dihadapi semakin besar. Lingkaran ini saling menguatkan: semakin besar angkanya, semakin menakutkan untuk dilihat, dan semakin kuat dorongan untuk menghindar.

Cara keluar dari lingkaran ini bukan dengan memaksa diri menjadi berani dalam semalam. Caranya adalah membuat langkah pertama sekecil mungkin. Bab 1 tidak meminta Anda melunasi apa pun. Ia hanya meminta Anda membuka setiap aplikasi dan menyalin empat angka ke satu tabel. Langkah kecil seperti ini jauh lebih mudah dimulai, dan begitu angkanya tertulis, rasa takut biasanya berkurang karena yang tadinya kabur kini punya bentuk.

Mengenal Rina

Sepanjang buku ini, Anda akan mengikuti seorang tokoh ilustrasi bernama Rina. Rina berusia 28 tahun, bekerja sebagai karyawan administrasi dengan gaji bersih Rp 4.500.000 per bulan, dan gajian setiap tanggal 25.

Rina punya tiga pinjaman online yang semuanya terdaftar dan diawasi OJK. Pinjaman A sisa pokoknya Rp 3.200.000, pinjaman B Rp 1.800.000, dan pinjaman C Rp 950.000. Totalnya Rp 5.950.000. Dua di antaranya sudah terlambat dan menumpuk denda. Setiap bulan Rina merasa sudah membayar banyak, tetapi saldo tidak kunjung turun.

Bulan Rina biasanya berjalan seperti ini. Tanggal 25 gaji masuk, dan untuk beberapa hari ia merasa aman. Tanggal 5, tagihan pinjaman A jatuh tempo, dan sebagian besar dibayar. Tanggal 12 giliran pinjaman B. Di sela-selanya ada kebutuhan rutin: kos, makan, transportasi, pulsa, dan kiriman untuk orang tua. Menjelang tanggal 20, ketika tagihan pinjaman C datang, uangnya sudah tipis. Pinjaman C pun dibayar sebagian atau terlambat, dan denda bertambah.

Rina tidak pernah duduk dan menjumlahkan semuanya. Setiap tagihan ia hadapi sendiri-sendiri, seperti tiga masalah yang tidak saling berhubungan. Ketika ditanya berapa total utangnya, jawabannya selalu “sekitar enam atau tujuh juta, mungkin lebih”. Ketidakpastian itu yang membuatnya sulit tidur, lebih dari angkanya sendiri.

Titik baliknya sederhana. Suatu malam Rina memutuskan membuka ketiga aplikasi sekaligus dan menyalin angkanya ke selembar kertas. Butuh waktu kurang dari satu jam. Angka yang ia temukan tidak kecil, tetapi untuk pertama kalinya angka itu jelas. Dari kertas itulah seluruh rencana di buku ini dimulai.

Rina bukan orang boros. Ia hanya tidak punya gambaran utuh tentang keuangannya. Di Bab 1, kita akan memetakan seluruh pinjaman Rina dan menemukan bahwa total yang perlu ia siapkan selama enam bulan ternyata bisa dihitung dengan jelas.

Di Bab 4, kita akan menemukan bahwa dari gajinya sendiri ada ruang Rp 1.800.000 per bulan yang selama ini bocor ke pos-pos kecil. Di Bab 6, kita akan melihat bagaimana dengan Dana Pelunasan Rp 1.300.000 per bulan, seluruh utangnya lunas dalam enam bulan.

Angka Anda tentu berbeda dengan angka Rina. Yang sama adalah caranya. Gunakan Rina sebagai contoh, lalu ganti setiap angkanya dengan angka Anda sendiri.

Apa yang biasanya terjadi di bulan pertama

Bulan pertama adalah bulan yang paling berat sekaligus paling menentukan. Ada baiknya Anda tahu sejak awal apa yang akan dihadapi, supaya tidak kaget dan tidak menyerah di tengah jalan.

Minggu pertama terasa tidak nyaman. Mengumpulkan angka berarti membuka semua aplikasi yang selama ini dihindari. Akan ada momen ketika total utang terlihat lebih besar dari dugaan. Itu wajar, dan itu justru tanda Anda sedang melihat kenyataan.

Pengeluaran terasa sempit. Ketika Dana Pelunasan dipindahkan di hari gajian, sisa uang untuk kebutuhan lain terasa lebih sedikit. Di bulan pertama, kebiasaan lama masih kuat. Bab 4 dan Bab 5 membantu Anda menemukan ruang tanpa harus mengorbankan kebutuhan pokok.

Godaan untuk meminjam lagi muncul. Akan ada hari ketika ada kebutuhan mendadak dan aplikasi pinjol terasa seperti jalan pintas. Bab 3 membahas cara menghadapi momen itu.

Saldo belum turun banyak. Di bulan pertama, sebagian pembayaran habis untuk denda dan bunga yang sudah menumpuk. Pada Rina, seluruh denda Rp 370.000 diselesaikan di bulan pertama. Penurunan saldo yang terasa nyata biasanya baru terlihat di bulan kedua dan ketiga. Jangan menilai rencana dari bulan pertama saja.

Jika Anda tahu keempat hal ini akan terjadi, Anda tidak akan menganggapnya sebagai tanda kegagalan. Itu bagian normal dari proses. Yang perlu dijaga hanya satu: Dana Pelunasan tetap

dipindahkan setiap gajian, seberat apa pun bulan itu terasa. Kebiasaan inilah yang nanti membuat bulan kedua dan seterusnya terasa lebih ringan, karena Anda tidak lagi memutuskan ulang setiap bulan apakah akan membayar atau tidak.

Tiga pilar rencana enam bulan

Rencana di buku ini berdiri di atas tiga pilar. Ketiganya saling menopang, dan tidak ada satu pun yang bisa dilewati.

Pilar pertama: mengetahui angka sebenarnya

Anda tidak bisa melunasi sesuatu yang tidak Anda ketahui ukurannya. Pilar pertama adalah mengumpulkan semua pinjaman dalam satu tabel, memisahkan pinjaman legal dari yang berpotensi ilegal, dan menghitung target akhir yang realistis. Target ini kita sebut *Angka Bebas*. Bab 1 dan Bab 2 membahas pilar ini.

Pilar kedua: menyusun ulang arus kas

Uang untuk melunasi utang harus datang dari suatu tempat. Pilar kedua adalah menemukan ruang di dalam pengeluaran bulanan Anda sendiri, lalu mengunci ruang itu sebagai Dana Pelunasan sebelum terpakai untuk hal lain. Termasuk di dalamnya: berhenti menambah pinjaman baru. Bab 3, Bab 4, dan Bab 5 membahas pilar ini.

Pilar ketiga: melunasi dengan strategi dan menambah dana

Dengan Dana Pelunasan yang jelas, Anda bisa memilih urutan pelunasan yang paling efektif, mencari tambahan dana dari jalur yang legal, dan bernegosiasi untuk keringanan denda. Bab 6 sampai Bab 10 membahas pilar ini, termasuk cara menghadapi penagih dengan tenang.

Apa yang akan Anda miliki setelah enam bulan

Enam bulan adalah jangka waktu yang cukup panjang untuk membuat perubahan nyata, tetapi cukup pendek untuk tetap terlihat ujungnya. Jika Anda mengikuti langkah-langkah di buku ini dengan konsisten, pada akhir bulan keenam Anda diharapkan memiliki:

- Daftar utang yang jelas, lengkap dengan sisa saldo dan jadwal yang Anda pahami sendiri.
- Kebiasaan memindahkan Dana Pelunasan di hari gajian, sebelum uang sempat terpakai.
- Utang pinjol yang lunas, atau setidaknya sisa saldo yang jauh lebih kecil dengan jadwal yang terkendali.
- Dana darurat mini, supaya kebutuhan mendadak berikutnya tidak memaksa Anda meminjam lagi.
- Pengetahuan tentang hak Anda sebagai peminjam, sehingga Anda tidak lagi panik saat menghadapi penagih.

Enam bulan bukan janji ajaib. Jika jumlah utang Anda jauh lebih besar dibanding penghasilan, rencananya mungkin perlu lebih panjang. Buku ini akan menunjukkan cara menghitungnya dengan jujur, sehingga Anda tahu sejak awal berapa lama yang realistis untuk situasi Anda.

Sebelum melangkah lebih jauh

Ada satu hal yang perlu disepakati sebelum Anda membuka Bab 1: rasa malu tidak akan melunasi utang. Banyak orang menunda membuka aplikasi pinjol atau membaca pesan tagihan karena takut melihat angkanya. Menunda tidak membuat angka itu mengecil. Justru sebaliknya, setiap hari yang dilewatkan tanpa rencana memberi ruang bagi bunga dan denda untuk bertambah.

Buku ini tidak meminta Anda menjadi orang yang berbeda dalam semalam. Yang diminta hanya satu: duduk sebentar, mengumpulkan angka, dan mengikuti langkah satu per satu. Anda sudah melakukan langkah yang paling sulit, yaitu memutuskan untuk mulai.

JIKA ANDA SEDANG DITAGIH DENGAN ANCAMAN

Penagihan yang mengancam, melecehkan, atau menyebarkan data pribadi melanggar aturan, terlepas dari apakah utangnya benar ada. Simpan bukti berupa tangkapan layar dan rekaman, lalu laporkan ke OJK melalui telepon 157 atau WhatsApp 081 157 157 157. Jika ada unsur pidana seperti ancaman atau pemerasan, laporkan juga ke polisi. Bab 2 dan Bab 10 membahas langkah-langkahnya secara lengkap.

INTISARI PENDAHULUAN

- Gali lubang tutup lubang hanya memindahkan masalah ke bulan berikutnya, ditambah bunga baru.
- Masalah utama biasanya hitungan yang kabur, bukan kurangnya niat membayar.
- Rencana enam bulan berdiri di atas tiga pilar: angka sebenarnya, arus kas yang disusun ulang, dan strategi pelunasan.
- Langkah pertama adalah mengumpulkan semua angka di satu tempat. Itu tugas Bab 1.

BAB SATU

1 Hitung angka *sebenarnya*, bukan angka yang ditakuti

Ketidakpastian membuat utang terasa lebih besar dari kenyataannya. Bab ini mengubah rasa takut menjadi satu tabel dan satu angka target.

Kebanyakan orang yang terjerat pinjol tahu secara kasar bahwa mereka "berutang banyak", tetapi tidak tahu angka pastinya. Ketidakpastian ini justru membuat masalah terasa lebih besar dan lebih menakutkan dari yang sebenarnya. Saat tidak ada data, pikiran cenderung membayangkan skenario terburuk: utang yang tidak akan pernah habis, penagih yang datang ke kantor, atau gaji yang habis selamanya untuk cicilan.

Kabar baiknya, utang Anda punya ukuran. Ukuran itu bisa dihitung hari ini juga, cukup dengan ponsel, alat tulis, dan waktu sekitar satu jam. Bab ini memandu Anda melalui lima langkah: mendaftar semua pinjaman, memisahkan yang legal dari yang berpotensi ilegal, menyamakan satuan bunga, memahami angka yang ditampilkan aplikasi, dan menghitung target akhir yang kita sebut Angka Bebas.

Siapkan satu waktu tanpa gangguan, misalnya malam hari setelah pekerjaan rumah selesai. Matikan notifikasi lain, siapkan kertas atau buka Lampiran A, dan kerjakan langkah demi langkah tanpa melompat. Tidak perlu menyelesaikan semuanya dengan sempurna. Tabel yang 90 persen lengkap hari ini jauh lebih berguna daripada tabel sempurna yang tidak pernah dibuat.

LANGKAH 01

Buat daftar semua pinjaman yang masih aktif

Kumpulkan semua sumber informasi tentang utang Anda. Jangan mengandalkan ingatan, karena hampir selalu ada satu atau dua pinjaman kecil yang terlupa. Periksa tempat-tempat berikut:

- Setiap aplikasi pinjaman yang terpasang di ponsel, termasuk yang sudah lama tidak dibuka.
- Riwayat SMS, email, dan pesan WhatsApp dari penagih atau layanan pelanggan.
- Rekening koran atau mutasi rekening, untuk melihat pembayaran rutin ke pihak tertentu.
- Layanan beli sekarang bayar nanti di aplikasi belanja atau dompet digital.
- Pinjaman dari keluarga, teman, atau koperasi. Catat juga, walaupun tanpa bunga.

Untuk setiap pinjaman, catat lima hal: nama aplikasi atau lembaga, sisa pokok, bunga per bulan (atau per hari jika dihitung harian), denda yang sudah menumpuk, dan tanggal jatuh tempo berikutnya. Jika aplikasi tidak menampilkan sisa pokok secara terpisah, hubungi layanan pelanggannya dan minta rinciannya secara tertulis.

Berikut contoh pengisian untuk Rina, dengan tiga pinjaman aktif.

TABEL 01.1 *Peta pinjaman aktif Rina*

PINJAMAN	SISA POKOK	BUNGA/BLN	DENDA	JATUH TEMPO
Pinjol A	Rp 3.200.000	Rp 192.000	Rp 150.000	Tgl 5
Pinjol B	Rp 1.800.000	Rp 90.000	Rp 0	Tgl 12
Pinjol C	Rp 950.000	Rp 76.000	Rp 220.000	Tgl 20
Total	**Rp 5.950.000**	**Rp 358.000**	**Rp 370.000**	

Bunga bulanan di tabel adalah bunga untuk bulan berjalan: 6% dari sisa pokok pinjaman A, 5% untuk pinjaman B, dan 8% untuk pinjaman C. Jika semua dibayar sekaligus hari ini, total kewajiban Rina adalah sisa pokok ditambah bunga bulan berjalan ditambah denda:

Rp 5.950.000 + Rp 358.000 + Rp 370.000 = **Rp 6.678.000**

Angka ini mungkin terasa besar. Tetapi perhatikan perbedaannya dengan perasaan "utang tidak ada habisnya". Sekarang Rina tahu persis batasnya: Rp 6.678.000. Angka yang punya batas bisa direncanakan.

LANGKAH 02

Pisahkan pinjaman legal dari yang berpotensi ilegal

Pinjaman dari penyelenggara yang berizin dan diawasi OJK tunduk pada aturan yang jelas, termasuk batas bunga, batas denda, dan tata cara penagihan. Pinjaman dari aplikasi ilegal tidak punya izin dan sering memakai cara-cara yang melanggar hukum. Kedua jenis ini perlu ditangani dengan strategi yang berbeda.

Untuk saat ini, cukup beri tanda pada setiap baris di tabel Anda: *legal*, *ilegal*, atau *belum dicek*. Cara mengecek legalitas lewat WhatsApp resmi OJK, beserta penjelasan lengkap tentang hak Anda, dibahas di Bab 2. Jika ternyata ada pinjaman yang ilegal, jangan panik dan jangan langsung mengambil pinjaman lain untuk melunasinya. Bab 2 dan Bab 10 menjelaskan langkah yang aman.

LANGKAH 03

Samakan satuan bunga menjadi per bulan

Aplikasi pinjaman menampilkan bunga dengan cara yang berbeda-beda. Ada yang menulis per hari, ada yang per bulan, ada pula yang hanya menampilkan total yang harus dibayar. Supaya bisa dibandingkan, ubahlah semuanya menjadi bunga per bulan.

Cara kasarnya sederhana: **bunga per hari dikalikan 30**. Misalnya pinjaman Rp 1.000.000 dengan bunga 0,3% per hari:

- Bunga per hari: 0,3% × Rp 1.000.000 = Rp 3.000.
- Bunga per 30 hari: Rp 3.000 × 30 = Rp 90.000, atau sekitar 9% per bulan.

Sebaliknya, untuk melihat bunga bulanan dalam satuan harian, bagi dengan 30. Bunga pinjaman Rina setara dengan berikut ini:

TABEL 01.2 *Bunga pinjaman Rina dalam dua satuan*

PINJAMAN	PER BULAN	KIRA-KIRA PER HARI
Pinjol A	6%	0,20%
Pinjol B	5%	0,17%
Pinjol C	8%	0,27%

Mengapa ini penting? Karena urutan pelunasan yang paling hemat bergantung pada bunga mana yang paling tinggi. Pinjaman C memang paling kecil saldonya, tetapi bunganya paling mahal. Tanpa menyamakan satuan, perbedaan ini mudah terlewat.

Bandingkan juga dengan batas yang berlaku. Untuk pinjaman konsumtif bertenor sampai 6 bulan, aturan OJK saat buku ini disusun membatasi bunga paling tinggi 0,3% per hari. Ketiga pinjaman Rina berada di bawah batas itu. Jika Anda menemukan pinjaman dengan bunga di atas batas, catat dan beri tanda. Bab 2 menjelaskan apa artinya.

LANGKAH 04

Pahami angka yang ditampilkan aplikasi

Banyak orang membayar lebih dari yang seharusnya karena salah membaca angka di aplikasi. Ada dua hal yang perlu dicek.

Total tenor penuh dan pelunasan dini

Beberapa aplikasi menampilkan "total yang harus dibayar" yang sudah memasukkan proyeksi bunga sampai akhir tenor. Angka itu bukan sisa kewajiban Anda hari ini. Jika Anda ingin melunasi lebih awal, mintalah angka *pelunasan dini* kepada layanan pelanggan, sebaiknya secara tertulis lewat fitur pesan di aplikasi atau email. Angka pelunasan dini biasanya lebih kecil, karena bunga untuk bulan-bulan yang belum berjalan tidak lagi dihitung, tergantung ketentuan di perjanjian Anda.

Sebagai ilustrasi, bayangkan sebuah aplikasi menampilkan tulisan "Total tagihan Rp 2.400.000" untuk pinjaman yang sisa pokoknya Rp 2.000.000 dengan bunga 4% per bulan dan sisa tenor lima bulan. Angka Rp 2.400.000 itu adalah pokok ditambah bunga lima bulan ke depan. Jika Anda melunasi bulan ini, yang wajib dibayar bisa jauh lebih dekat ke Rp 2.000.000 ditambah bunga bulan berjalan, tergantung perjanjiannya. Orang yang hanya melihat angka besar di layar bisa merasa utangnya Rp 400.000 lebih berat dari kenyataan, lalu menyerah sebelum mulai. Karena itu, di tabel Anda, selalu tulis *sisa pokok*, bukan total tagihan sampai akhir tenor.

Bunga menurun dan bunga flat

Pada *bunga menurun*, bunga dihitung dari sisa pokok. Setiap kali pokok berkurang, bunga bulan berikutnya ikut mengecil. Pada *bunga flat*, bunga dihitung dari pokok awal sepanjang tenor, berapa pun sisa pokoknya. Jenis bunga tercantum di perjanjian pinjaman. Jika tidak jelas, tanyakan langsung ke layanan pelanggan.

Untuk menyederhanakan, seluruh contoh di buku ini memakai bunga yang dihitung bulanan dari sisa pokok. Jika pinjaman

Anda memakai bunga flat, manfaat melunasi lebih awal mungkin lebih kecil. Meski begitu, melunasi lebih cepat tetap menghentikan risiko denda keterlambatan di bulan-bulan berikutnya.

LANGKAH 05

Hitung Angka Bebas, target akhir yang realistis

Angka Bebas adalah total uang yang perlu Anda siapkan sampai seluruh utang lunas pada tanggal target. Angka ini bukan nol dalam seminggu, dan bukan juga angka yang menakutkan. Angka Bebas terdiri dari tiga bagian:

01 **Sisa pokok** semua pinjaman.

02 **Denda yang sudah menumpuk**, dengan asumsi tidak ada denda baru karena mulai sekarang Anda membayar tepat waktu.

03 **Perkiraan bunga** yang masih akan berjalan sampai lunas.

Bagian ketiga adalah yang paling sulit ditebak, karena bunga terus mengecil seiring pokok berkurang. Untuk perkiraan kasar, gunakan rumus berikut:

RUMUS PERKIRAAN ANGKA BEBAS

Perkiraan bunga = bunga bulan ini × jumlah bulan target × 0,6
Angka Bebas = sisa pokok + denda menumpuk + perkiraan bunga
Target per bulan = Angka Bebas ÷ jumlah bulan target

Angka 0,6 dipakai karena bunga tidak tetap. Di bulan-bulan awal bunganya masih besar, lalu menyusut ketika pokok mulai lunas. Secara rata-rata, bunga yang dibayar kira-kira enam per

sepuluh dari bunga bulan pertama dikali jumlah bulan. Ini perkiraan kasar, bukan hitungan pasti, jadi bulatkan hasilnya. Tujuannya hanya menetapkan target awal yang masuk akal. Angka yang lebih tepat akan Anda dapatkan di Bab 6 lewat jadwal bulan demi bulan.

Mari terapkan pada Rina dengan target enam bulan:

- Perkiraan bunga: Rp 358.000 × 6 × 0,6 = Rp 1.288.800, dibulatkan menjadi sekitar Rp 1.290.000.
- Angka Bebas: Rp 5.950.000 + Rp 370.000 + sekitar Rp 1.290.000 = sekitar Rp 7.600.000.
- Target per bulan: sekitar Rp 7.600.000 ÷ 6 = sekitar Rp 1.270.000.

Jadi Rina perlu menyiapkan sekitar Rp 1.270.000 sampai Rp 1.300.000 per bulan untuk lunas dalam enam bulan. Di Bab 6 kita akan menghitung jadwalnya secara rinci, bulan demi bulan. Hasilnya: dengan Dana Pelunasan Rp 1.300.000 per bulan, seluruh utang Rina lunas di bulan keenam, dengan total pembayaran Rp 7.601.127: pokok Rp 5.950.000, bunga Rp 1.281.127, dan denda Rp 370.000. Perkiraan bunga dari rumus kasar tadi hanya selisih sekitar Rp 8.000 dari hitungan rinci. Untuk menetapkan target, ketelitian sebesar itu sudah lebih dari cukup.

Kenapa Dana Pelunasan Rina dibulatkan ke Rp 1.300.000, bukan Rp 1.270.000? Karena angka bulat lebih mudah diingat dan dipindahkan setiap gajian, dan sedikit kelebihan memberi ruang jika ada bulan yang meleset. Pada simulasi Bab 6, kelebihan itu bahkan menyisakan uang di bulan keenam.

Utang yang sudah dihitung selalu terasa lebih kecil daripada utang yang hanya dibayangkan.

Cek kelayakan target Anda

Setelah mendapatkan target per bulan, lakukan dua pengecekan sederhana.

Pertama, apakah target lebih besar dari bunga bulan ini? Jika dana yang bisa Anda sisihkan per bulan lebih kecil dari total bunga bulanan, saldo utang tidak akan pernah turun. Pada Rina, bunga bulan ini Rp 358.000, sedangkan targetnya sekitar Rp 1.270.000. Artinya setiap bulan ada sekitar Rp 900.000 yang benar-benar mengurangi pokok.

Kedua, apakah target masuk akal dibanding penghasilan? Rina bergaji Rp 4.500.000. Target Rp 1.300.000 setara sekitar 29% dari gajinya. Berat, tetapi masih mungkin jika pengeluaran disusun ulang. Bab 4 dan Bab 5 akan menunjukkan dari mana ruang itu datang.

Jika target Anda ternyata terlalu besar, misalnya melebihi separuh gaji, jangan langsung menyerah. Ada tiga pilihan: memperpanjang target menjadi delapan atau dua belas bulan, menambah dana lewat cara di Bab 7, atau bernegosiasi keringanan denda seperti dibahas di Bab 8. Hitung ulang dengan rumus yang sama untuk setiap pilihan, lalu pilih yang paling realistis.

Jika Anda menemui kendala saat mendata

Mendata utang jarang berjalan mulus pada percobaan pertama. Berikut situasi yang paling sering muncul dan cara menghadapinya.

Jika Anda tidak ingat semua aplikasi yang pernah dipakai. Periksa daftar aplikasi di ponsel, termasuk yang pernah dihapus melalui riwayat unduhan di toko aplikasi. Telusuri juga mutasi rekening dan riwayat dompet digital tiga sampai enam bulan terakhir. Setiap transfer masuk dari nama perusahaan yang tidak Anda kenali patut dicek: bisa jadi itu pencairan pinjaman yang terlupa.

Jika angka di aplikasi berbeda dengan catatan Anda. Jangan menebak. Kirim pesan tertulis ke layanan pelanggan dan minta rincian: sisa pokok, bunga berjalan, denda, dan angka pelunasan dini. Simpan jawabannya. Rincian tertulis ini juga berguna jika kelak Anda perlu bernegosiasi atau mengadu.

Jika ada utang ke keluarga atau teman. Masukkan ke tabel juga, meskipun tanpa bunga. Utang tanpa bunga tidak mendesak secara angka, tetapi tetap memakai gaji yang sama. Menuliskannya membuat Anda jujur terhadap gambaran utuh, dan memudahkan percakapan dengan orang tersebut tentang jadwal yang realistis.

Jika Anda merasa sesak saat melihat totalnya. Itu reaksi yang wajar. Berhentilah sebentar, tarik napas, lalu kembali ke satu baris saja. Total yang besar dikerjakan baris demi baris, bukan sekaligus. Ingat bahwa angka yang sekarang ada di depan Anda sebenarnya sudah ada sejak kemarin. Bedanya, hari ini Anda mulai bisa mengendalikannya.

Jika satu pinjaman ternyata belum jelas legalitasnya. Tetap catat di tabel dengan tanda *belum dicek,* lalu jangan membayar apa pun ke rekening yang tidak jelas sebelum Anda mengeceknya. Langkah pengecekan ada di Bab 2.

Contoh kedua: menyamakan satuan untuk pinjaman lain

Supaya rumus di langkah 3 benar-benar terbiasa dipakai, mari coba satu contoh di luar Rina. Misalkan Anda punya pinjaman Rp 1.500.000 dengan bunga yang tertulis 0,1% per hari.

- Bunga per hari: 0,1% × Rp 1.500.000 = Rp 1.500.
- Bunga per bulan: Rp 1.500 × 30 = Rp 45.000, atau sekitar 3% per bulan.

Bandingkan dengan pinjaman C milik Rina (8% per bulan): saldonya lebih kecil, tetapi setiap rupiahnya jauh lebih mahal. Karena itu, samakan satuan sebelum menentukan urutan pelunasan di Bab 6.

Kesalahan yang sering terjadi

- **Melupakan pinjaman kecil.** Pinjaman Rp 300.000 di aplikasi yang jarang dibuka tetap berbunga dan berdenda. Masukkan semuanya ke tabel.
- **Memakai angka total tenor sebagai sisa utang.** Angka itu bisa jauh lebih besar dari kewajiban sebenarnya. Minta angka pelunasan dini.
- **Menghitung sekali lalu dilupakan.** Tabel utang harus diperbarui setiap bulan. Melihat saldo turun adalah sumber semangat yang paling kuat. Tetapkan satu tanggal tetap, misalnya sehari setelah gajian, untuk memperbaruinya.
- **Membandingkan pinjaman hanya dari besar saldonya.** Saldo kecil dengan bunga tinggi bisa lebih mahal daripada saldo besar dengan bunga rendah.
- **Lupa memasukkan denda.** Denda Rina Rp 370.000 hampir sebesar seluruh bunga satu bulan. Denda adalah bagian dari kewajiban dan harus masuk ke Angka Bebas.
- **Menetapkan target tanpa memeriksa gaji.** Target yang terlalu ambisius biasanya gagal di bulan kedua. Lebih baik target delapan bulan yang dijalankan sampai selesai daripada target empat bulan yang ditinggalkan.

INTISARI BAB 1

- Catat semua pinjaman dalam satu tabel: sisa pokok, bunga, denda, dan jatuh tempo.
- Beri tanda legal, ilegal, atau belum dicek pada setiap pinjaman.
- Samakan bunga menjadi per bulan: bunga harian dikali 30.
- Minta angka pelunasan dini, jangan memakai total tenor penuh.
- Hitung Angka Bebas dan target per bulan. Untuk Rina: sekitar Rp 1.270.000 sampai Rp 1.300.000 per bulan selama enam bulan.

- ☐ Tabel pemetaan utang sudah terisi lengkap (gunakan Lampiran A).
- ☐ Setiap pinjaman sudah diberi tanda legal, ilegal, atau belum dicek.
- ☐ Angka Bebas dan target per bulan sudah dihitung dan ditulis.

AKHIR CONTOH BAB

Lunas Utang Pinjol dalam 6 Bulan

Anda baru membaca bagian awal buku ini. Bab berikutnya, lembar kerja, dan lampiran lengkap ada di edisi penuh (191 halaman, PDF).

File edisi penuh langsung terkirim ke email Anda begitu pembayaran berhasil.

Miliki edisi lengkap

books.denashurya.com/beli/BK-01-0001