



TRIK HIDUP NYA SAAT HARGA-HARGA ME

Perlu taktik dan kreativitas agar tetap bisa hidup nyaman, walau harga BBM

KETIKA PEMERINTAH MENGUMUMKAN kenaikan BBM untuk kedua kalinya di tahun 2005, sekujur tubuh **Ratri Damardini** (34), seorang karyawan swasta, spontan berkeriang dingin. Hatinya langsung menjerit: "Ya, ampun... pos pengeluaran mana lagi, *nih*, yang mesti diakali? Biaya uang sekolah **Fito** tidak mungkin diutak-atik. Apalagi uang untuk susu **Keisya**. Ah, mungkin langganan koran harus dihentikan. Supaya *nggak* boros bensin, ke kantor naik motor saja.... Ah, coba saya bisa pinjam tongkat ajaibnya Harry Potter. Pasti harga bensin dan minyak tanah langsung saya sulap semurah mungkin. Atau sekalian saja saya naikkan gaji sendiri 3 kali lipat!"

48 FEMINA

MENCIPTAKAN MASYARAKAT MANDEK?

Keluhan dan angan-angan Ratri sungguh dapat dipahami. Kepala siapa pun pasti terasa mau 'meledak' begitu mendengar harga baru BBM per tanggal 1 Oktober 2005 lalu. Bayangkan saja, harga premium yang semula Rp2.400 naik menjadi Rp4.500, solar naik dari Rp2.100 menjadi Rp4.300. Terakhir dan yang paling membuat para ibu rumah tangga menjerit adalah kenaikan harga minyak tanah, dari Rp700 menjadi Rp2.000 per liter atau hampir 300%.

Begitu BBM naik, harga beras, daging, bahkan cabai dan bawang pun ikut-ikutan mahal. Maklum, semua bahan makanan ini diangkut ke tempat tujuan dengan kendaraan yang menggunakan BBM.



IAN ONJAK

< dan naik lagi!

Di tengah tekanan kondisi ekonomi Indonesia yang belum kunjung membaik, mengharapkan pemerintah menurunkan kembali harga BBM ke level yang bisa dijangkau masyarakat, sama mustahilnya dengan menunggu pinjaman tongkat ajaib dari Harry Potter.

Bagaimanapun, pencabutan subsidi BBM yang berbuntut kenaikan harga BBM diyakini oleh pemerintah SBY sebagai langkah penyelamatan perekonomian Indonesia. Se jauh mana keberhasilan program ini, belum bisa dilihat dalam waktu dekat. Tapi (walaupun banyak mengundang polemik), pemerintah sebenarnya berusaha menyejahterakan rakyat melalui berbagai program, seperti beras miskin, dana pendidikan/kesehatan, dan bantuan lang-

sung tunai (BLT) sebesar Rp100.000 per bulan per kepala keluarga, yang sayangnya dalam pelaksanaan pembagiannya tersandung banyak kendala.

Tarif angkutan kota dan tarif dasar listrik malah sudah lebih dulu naik sebelum berbagai dana bantuan itu sampai ke tangan masyarakat golongan terbawah ini.

Untuk membayar ongkos transportasi ini, masyarakat DKI Jakarta misalnya, menurut riset Yayasan Lembaga Konsumen pada tahun 2001, rata-rata menghabiskan sekitar 15% pendapatannya. "Angka ini terbilang tinggi, misalnya bila dibandingkan dengan rakyat RRC yang hanya mengeluarkan sekitar 7% dari gajinya untuk pos pengeluaran yang sama," kata **Sudaryatmo** dari YLKI.

Kenaikan harga BBM menurut dua narasumber yang dihubungi *femina*, **Wimar Witoelar** dan **dr. Limas Sutanto Sp.Kj (K)**, memiliki dampak yang lebih kompleks dibandingkan sekadar lonjakan harga barang kebutuhan pokok. Menurut dr. Limas, kenaikan harga BBM yang melebihi daya beli masyarakat membuat orang makin sulit memenuhi kebutuhan sandang, pangan, dan papan. "Seluruh waktu dan tenaga seseorang akan terkuras habis untuk memenuhi kebutuhan primer. Akibatnya, ia cenderung mengabaikan kebutuhan psikologisnya."

Kebutuhan psikologis yang dibiarkan tidak terpenuhi selama kurun waktu yang cukup lama, akan membuat seseorang berkembang menjadi individu yang mandek.

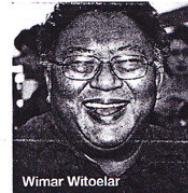
Coba lihat kalangan masyarakat prasejahtera. Di mata orang, mereka sering kali dianggap terlihat tegar dan tidak terpengaruh oleh kemiskinan yang menderanya. Padahal, pada kenyataannya belum tentu mereka itu tegar. "Bisa jadi karena sudah sibuk bertahan hidup, mereka jadi bersikap masa bodoh terhadap kebutuhan psikologis, seperti kebutuhan akan rasa aman, dicintai dan mencintai," kata Limas lebih lanjut.

Jika kondisi seperti ini berlangsung dalam waktu yang berkepanjangan, lambat-laun akan timbul golongan masyarakat baru yang tidak punya maksud dan tujuan (kecuali bertahan hidup), sehingga ujung-ujungnya akan menjadi masyarakat yang mandek.

Dalam kesempatan yang berbeda, Wimar Witoelar melontarkan pendapat senada. Kenaikan BBM yang diikuti lonjakan harga dan kondisi ekonomi yang tak kunjung membaik, dapat menciptakan manusia-manusia yang hanya bisa bertahan hidup, tetapi tidak dapat mengembangkan diri. Ia mengambil contoh kalangan menengah yang punya penghasilan tetap. Golongan ini mungkin tidak akan mengalami 'gangguan' dalam memenuhi kebutuhan primer.

"Tapi, pengeluaran-pengeluaran untuk membeli buku, rekreasi, atau hal-hal lain yang dapat memperkaya pengetahuan dan dapat meningkatkan potensi dirinya, pasti akan dibatasi atau bahkan mungkin ditiadakan," lanjut Wimar.

Akibatnya, investasi sumber daya manusia yang selama ini sudah terbina menjadi terkikis. Masyarakat bisa menjadi lebih bodoh, karena hanya bisa bertahan tanpa mampu mengembangkan potensi diri. "Inilah sebenarnya dampak 'terburuk' dari kenaikan harga BBM!" katanya, menandakan.



Wimar Witoelar

Kaum wanita, khususnya ibu rumah tangga, adalah pihak yang paling merasakan getirnya kenaikan BBM. Sebagai 'menteri keuangan' dalam keluarga, seorang ibu harus pandai-pandai memutar otak, agar penghasilan suami (juga penghasilannya, jika dia sendiri bekerja) cukup digunakan untuk kebutuhan keluarga selama sebulan.

Salah perhitungannya, di pertengahan bulan saja gaji sebulan sudah habis digunakan untuk membeli barang keperluan sehari-hari. Menu makan harian pun terpaksa harus diubah. Kalau dulu setiap hari bisa makan daging atau ayam, sekarang harus diseling dengan tahu dan tempe, misalnya.

Luki Savitri (35), seorang wiraswasta dengan satu anak, mengaku sempat menjerit kaget ketika mendengar berita elpiji akan naik menjadi Rp70.000 per tabung dari harga Rp56.000. "Saya kaget dan panik mendengar berita itu... maklum, *deh*, dalam sebulan saya menggunakan 2 tabung, masing-masing 15 kg. Saya juga tidak mungkin beralih ke kompor minyak tanah, karena bentuk dapur saya menempel ke ruang tamu. Saya *nggak* bisa membayangkan kalau tahun depan harga elpiji dinaikkan lagi!"

Dokter Limas berpendapat, perubahan-perubahan drastis dalam mengelola keuangan keluarga dapat menjadi penyebab stres yang ha-

"Saya tidak bisa membayangkan kalau tahun depan harga elpiji naik lagi."

LUKI SAVITRI



rus dialami para ibu rumah tangga. Persoalan menjadi serius jika ibu tidak dapat menerima dan menghadapi stres secara realistis. Ibu yang dulu bersikap lembut dan hangat, bisa saja tiba-tiba berubah menjadi tak acuh terhadap keluarganya, mudah kecewa, sering marah, bahkan agresif pada orang lain. "Makanya, Anda tak perlu heran kalau setelah BBM naik, banyak ibu-ibu jadi sering naik darah hanya gara-gara dimintai suami membuat kopi atau dimintai tolong anaknya menjelaskan pe-er."

Wanita bekerja pun tak luput dari masalah setelah kenaikan harga BBM. **Sisilia Meisara** (25), staf administrasi, contohnya, terpaksa harus mencari trik-trik tertentu agar bisa menghemat biaya transportasi, tetapi tetap tampil rapi saat menemui kliennya. "Pekerjaan saya menuntut penampilan yang rapi. Tapi, demi mengirit ongkos saya terpaksa naik motor. Saya sudah dandan lengkap dari rumah, untuk melindungi riasan, saya menggunakan masker penutup hidung dan mulut. Rambut yang panjang, saya gelung, baru ditutup dengan helm. Selain menjaga keamanan, rambut saya juga tidak akan berantakan. Untuk menghemat, saya juga membawa masakan dari rumah, supaya masih ada dana membeli buku dan jalan-jalan."

Presenter **Sophie Navita Simanjuntak** (30) tak segan-segan naik ojek supaya bisa menghemat bensin dan menghindarkan diri dari kemacetan menuju ke tempat syuting. "Saya senang naik ojek karena cepat dan murah. Selain itu, untuk menghemat biaya makan, saya sering meminta pembantu memasak makanan untuk dibawa ke tempat syuting."

PERLU SOLUSI KREATIF

Langkah yang dilakukan oleh Sisilia dan Sophie disebut dr. Limas sebagai solusi kreatif. Solusi yang tercipta saat seseorang mampu menerima dan menghadapi tekanan, akibat kenaikan harga BBM, secara realistis.

50 FEMINA



"Saya harus pintar-pintar menyiasati supaya penampilan tetap rapi, walaupun naik motor." - SISILIA MEISARA

Contoh yang paling konkret adalah menjamurnya berbagai komunitas masyarakat pro gerakan hemat BBM seperti Bike 2 Work dan www.nebeng.com.

Komunitas Bike 2 Work, sesuai dengan namanya, beranggapan mereka yang suka bersepeda ke kantor dengan tujuan menghemat BBM, mengurangi polusi udara, sambil sekaligus berolahraga. **Tekad Adiyono** (43) dan **Irma Agustina** (32) adalah 2 orang anggota Bike 2 Work yang sudah mempraktikkan bersepeda ke kantor selama beberapa bulan belakangan ini. Walau memang sangat menghemat ongkos, para pesepeda kerap harus menghadapi berbagai kendala, seperti polusi udara di sepanjang perjalanan dan ketidaktersediaan sarana kamar mandi di kantor.

Supaya tak kepanasan, basah kuyup, dan menghirup asap kendaraan, Tekad dan Irma selalu berangkat pagi-pagi sekali. Mereka juga membekali diri dengan masker wajah, sarung tangan, dan helm.

Agar segar ketika memulai aktivitas kerja, Tekad tak punya masalah untuk mandi begitu sampai di kantor, karena ia bisa 'num-pang' mandi di kamar mandi satpam. Irma tidak seberuntung itu. Setiap hari ia harus membiasakan diri hanya mencuci muka, lalu membersihkan tubuhnya yang agak berkeringat dengan tisu basah sebelum memulai aktivitas.

Lain lagi solusi yang dilakukan oleh **Sylvia Setiadarmono** (29). Bersama tunangannya, **Rudyanto** (31), yang sama-sama berprofesi sebagai *web developer*, ia mencoba menyikapi kenaikan BBM dengan upaya yang sangat 'nyambung' dengan pekerjaan mereka.

Keduanya membangun *website* bernama www.nebeng.com dan pembentukan milis [nebeng]. Anda tentu bisa menebak apa aktivitas komunitas ini. Lewat jagat maya, Sylvia dan Rudy menyediakan fasilitas pencarian pemberi *tebengan* (tumpang) dan *penebeng* yang kebetulan searah menuju kantor atau rumah. Usaha Sylvia dan Rudy ternyata mendapat tanggapan yang sangat positif.

Dalam tempo singkat anggotanya berkembang sangat pesat. Kini tercatat sudah ada 6.600 orang *penebeng* dan 2.500 pemberi *tebengan*. Meski begitu, belum semua orang kebagian *tebengan*, ka-

"Saya senang naik ojek. Karena cepat dan murah."

SOPHIE NAVITA SIMANJUNTAK



rena jumlah pemberi *tebengan* lebih sedikit dari *penebeng*. Apakah *tebeng-menebeng* ini dilakukan secara gratis atau ada sejumlah uang yang harus dibayar? Ternyata semuanya tergantung kebijakan para pemberi *tebengan*.

Untuk ketertiban administrasi, pihak pengelola www.nebeng.com memang meminta anggota milis mengisi kolom yang menyatakan mereka mau memberi *tebengan* secara cuma-cuma atau ada sejumlah uang yang harus dibayar oleh penumpang.

Eriell Salim dan **Andi Rahmah**, peneliti bidang transportasi dan energi dari Yayasan Pelangi, menawarkan berbagai solusi transportasi dan energi alternatif yang dapat diikuti. Untuk para ibu dan

"PENGHEMATAN ENERGI, SEKECIL APA PUN, MERUPAKAN KONTRIBUSI KITA DALAM MENGHEMAT DANA PENGADAAN ENERGI."

vanita bekerja, Eriell menawarkan berbagai pilihan energi alternatif seperti Gas Petroleum Condenser (GPC) yang harganya lebih murah dari elpiji.

Para ibu yang terbiasa menggunakan kompor gas kini bisa mengganti tabung elpiji dengan tabung GPC. GPC akan mulai dipasarkan sekitar awal tahun 2006. Bisa juga dicoba berbagai alternatif lain seperti kompor dengan bahan bakar minyak jarak, arang briket, ataupun berlangganan gas lewat saluran pipa gas yang sudah tersedia di beberapa daerah di Jakarta.

Anda juga bisa beralih ke minyak tanah, dengan menggunakan kompor minyak tanah yang berteknologi modern, minim asap dan bau, sehingga lebih bersih dan efisien.



"Agar tetap segar, walaupun bersepeda ke kantor, setiap hari saya cuci muka dan 'mandi' menggunakan tisu basah." - IRMA AGUSTINA

Manajemen memasak pun perlu dibenahi. Misalnya, gunakan *timer* saat memasak air sehingga tidak menghabiskan gas, atau biasakan memasak hanya satu kali untuk 3 kali makan dalam sehari.

Bagaimana dengan solusi transportasi? Khusus untuk masyarakat Jakarta, Andi Rahmah menganjurkan pemanfaatan bus Transjakarta atau beralih ke sepeda motor. Langkah lain yang bisa diambil adalah membudayakan jalan kaki menuju halte terdekat. Untuk itu mungkin sudah waktunya kita memikirkan gerakan menanam pohon di sepanjang jalan, agar suatu saat orang senang beralih kaki di bawah pohon rindang. "Bisa juga mengatur *carpooling* dengan tetangga, seperti yang sudah dilakukan oleh komunitas www.nebeng.com," kata Andi Rahmah menganjurkan.

Masih digunakannya BBM sebagai alat penggerak pembangkit listrik di Indonesia, membuat penghematan listrik—sekecil apa pun—sama artinya dengan penghematan BBM. Upaya penghematan energi (BBM dan listrik) di mata **Asclepsias R.S. Indriyatmo**, dari Yayasan Insitut Indonesia untuk Ekonomi Energi (IIEE), bahkan memiliki makna yang lebih besar daripada sekadar menghemat isi kantong sendiri.

"Penghematan energi, sekecil apa pun, merupakan kontribusi kita dalam menghemat dana pengadaan energi. Dana tersebut lalu dapat dialokasikan untuk membuka akses pengadaan energi di daerah-daerah terpencil," kata Asclepsias.

Terbentuknya komunitas-komunitas seperti Bike 2 Work dan www.nebeng.com, serta gerakan penghematan BBM dan listrik yang dilakukan oleh para ibu rumah tangga seperti Sophie, Luki, dan jutaan orang Indonesia lainnya, membuktikan bahwa masyarakat Indonesia pada dasarnya memiliki kemampuan untuk menerima dan menghadapi kenaikan BBM dengan sangat realistis. Dengan modal kemampuan seperti ini masyarakat Indonesia, menurut dr. Limas, tidak perlu cemas bakal mengalami *madesu* alias masa depan suram.

HEMAT BENSIN SAAT MENGEMUDI

- ✓ Pastikan Anda selalu memeriksa sambungan las, seal dan baut pada mesin agar tidak ada kebocoran pada tangki, pompa, dan pipa saluran BBM.
- ✓ Sesuaikan tekanan ban dengan standar yang direkomendasikan pabrik. Selama tekanan ban sesuai standar, maka BBM bisa dihemat sampai 10%.
- ✓ Hindari akselerasi-deselerasi (pengereman dan penambahan kecepatan) secara mendadak. Jika harus mempercepat dan memperlambat laju kendaraan, lakukan secara berangsur, bukan secara tiba-tiba.
- ✓ Jangan membawa beban terlalu berat dalam mobil. Beban terlalu berat akan membuat mesin bekerja ekstra yang berarti penggunaan BBM yang ekstra pula.
- ✓ Hindari terlalu sering pindah-pindah jalur di lalu lintas ramai, karena akibatnya mobil akan sering mengerem secara mendadak.
- ✓ Lakukan pemeliharaan kendaraan secara tepat waktu. Jika kondisi kendaraan baik, maka penggunaan BBM pun relatif lebih hemat.
- ✓ Anda dapat mencoba beberapa perangkat penghemat BBM yang kini banyak ditawarkan di pasaran, baik yang berbentuk cairan aditif, katalisator, maupun alat penghasil getaran magnetis yang dapat memaksimalkan dan menyempurnakan pembakaran bahan bakar.

HEMAT ELPIJI & MINYAK TANAH

- ✓ Nyala api jangan terlalu besar, sehingga tidak melewati wadah yang sedang dipanasi.
- ✓ Sebaiknya gunakan ketel bersiul untuk memasak air, sehingga tidak boros dalam penggunaan bahan bakar.
- ✓ Jika Anda menggunakan kompor gas, matikan tombol penyalur gas pada regulator setiap saat kompor tidak digunakan. Pastikan tidak ada kebocoran sehingga gas tak terbuang dengan percuma.
- ✓ Jika menggunakan kompor minyak, lakukan perawatan kompor secara reguler. Perhatikan apakah ada tangki yang bocor atau posisi sumbu yang tidak pas.
- ✓ Terapkan 'manajemen memasak'. Misalnya, jika ingin membuat masakan ayam, rebuslah daging ayam untuk beberapa kali olahan. Simpan sisa daging ayam yang tidak digunakan di dalam lemari pendingin. Anda tinggal membumbuinya saat akan memasaknya di lain hari.

"Coba lihat, seluruh negara besar di dunia ini, seperti Jepang atau Cina, tumbuh dan berkembang setelah melewati masa-masa sulit. Saya yakin Indonesia akan mampu mengalami masa sulit ini, asal kita semua mau menjalankan hidup lebih hemat dan sederhana. Mulai dari pejabat pemerintahan hingga lapisan masyarakat terbawah," katanya optimistis. ■

PANGESTI ATMADIBRATA BERNARDUS