

September 2023

Edisi 43

IMPACT

INTERNAL MEDIA OF PROFESSIONAL ACT

PLAN: SEBUAH KOMPAS UNTUK MENCAPAI TUJUAN

TRG Updates

- Asuransi Kesehatan: Langkah Bijak untuk Hidup Sehat
- Kick-Off Meeting Budget 2024 TRG

TRG Articles

How Do I Create My Life Plan?

All Around You

Antusiasme Masyarakat saat Uji Coba Kereta Cepat Jakarta-Bandung



SALAM IMPACT!

PENGANTAR REDAKSI

Pemimpin Umum

Teni Agustini

Pembina

Alexander Runtuwene

Pemimpin Redaksi

Laili Irawati

Tim Redaktur

Helena Anthonia A.

Arghy Ramandha

Putri Maharani

Human Capital TRG

Investama

2023

Table of Contents

01

Directors Message

03

TRG Updates

- Asuransi Kesehatan: Langkah Bijak untuk hidup sehat
- Kick-Off Meeting Budget 2024 TRG

05

TRG Article

- **PLAN:** Sebuah Kompas untuk Mencapai Tujuan
- How Do I Create My Life Plan?

08

World Update

Pemuda Etiopia Jadi Pahlawan Dalam Menyelamatkan Anak dari Banjir Sungai

09

Kupas Tuntas

11

All Around You

12

Tech Update

13

TRG Health

14

Sports Update

16

Our Employee

20

Quiz Time!

DIRECTOR MESSAGE

A person is sitting on the edge of a large, brown, rocky cliff. They are looking out over a vast, hilly landscape with dry grass and some distant structures. The sky is overcast and grey.

If You **Fail to Plan,
You Are Planning to Fail**

-Benjamin Franklin

ASURANSI KESEHATAN: LANGKAH BIJAK UNTUK HIDUP SEHAT

SOSIALISASI ASURANSI KESEHATAN

YOUR HEALTH IS A PRIORITY

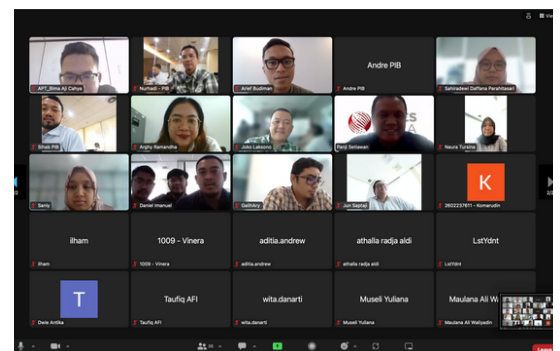
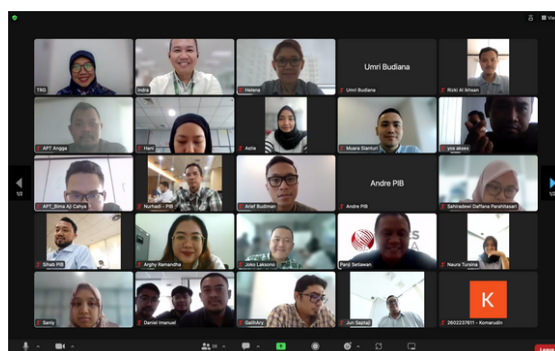


Kesehatan merupakan hal utama bagi seseorang, dan memahami cara melindungi dan merawatnya adalah kunci kebahagiaan dan produktivitas. Pada tanggal 4 Oktober, TRG Group berkesempatan untuk menjelajahi pentingnya asuransi kesehatan dalam kegiatan sosialisasi yang dipandu oleh *Equity Life Indonesia*.

Salah satu fokus utama sosialisasi ini adalah memberikan panduan praktis tentang cara mengajukan klaim asuransi kesehatan bagi karyawan TRG Investama. Equity Life Indonesia memberikan panduan langkah demi langkah yang jelas tentang apa yang perlu dilakukan jika karyawan membutuhkan perawatan medis. Ini mencakup langkah-langkah seperti pengumpulan dokumen yang diperlukan, prosedur pengajuan klaim, dan waktu yang diperlukan untuk proses klaim.

Selain panduan dasar, sosialisasi ini juga menguraikan manfaat tambahan yang mungkin ada dalam polis asuransi kesehatan, seperti ketersediaan rawat inap, biaya operasi, konsultasi dan lain sebagainya.

Melalui pemahaman yang lebih baik terhadap asuransi kesehatan dan cara menggunakannya, TRG Group dapat lebih siap menghadapi tantangan medis di masa depan.



Kick-Off Meeting Budget 2024 TRG



Sebuah perusahaan tentu tidak dapat berjalan secara lancar tanpa adanya perencanaan bisnis yang matang dan terstruktur dengan baik. Berangkat dari hal itu, pada tanggal 2 Oktober 2023, TRG menggelar *Kick-Off Meeting* dalam rangka mempersiapkan anggaran (*budget*) tahun 2024.

Pertemuan ini bertujuan untuk memastikan bahwa perusahaan memiliki landasan kuat dalam merencanakan strategi keuangan yang optimal untuk tahun yang akan mendatang.



Bapak Alex Runtuwene, selaku *Chief Financial Officer*, memulai pertemuan dengan memberikan gambaran luas mengenai situasi makro ekonomi secara global dan juga situasi makro ekonomi di Asia. Lebih lanjut, beliau juga menjelaskan tantangan apa yang akan dihadapi oleh perekonomian Indonesia dalam tahun 2024 yang akan datang.

Selain itu, topik yang tak kalah penting adalah pembahasan mengenai Rancangan Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara (RAPBN). Pembahasan ini menjadi kesempatan bagi perusahaan untuk menganalisis dan mengidentifikasi proyek-proyek potensial, khususnya dalam sektor infrastruktur, yang bisa dijadikan sebagai ajang kerjasama antara perusahaan dengan pemerintah.

Kemudian, memasuki topik utamanya, Bapak Alex Runtuwene menyampaikan rencana anggaran (*budget*) TRG Group untuk tahun 2024 berdasarkan asumsi dasar ekonomi makro RAPBN 2024. Tak hanya itu, beliau juga menjelaskan mengenai *Timeline Meeting Budget*, di mana tentunya diprediksikan bahwa akhir november sudah ada gambaran mengenai *final review budget* TRG Investama di tahun 2024. Sehingga pada akhirnya bisnis perusahaan dapat berjalan dengan lancar

Dapat diambil kesimpulan bahwa penyusunan anggaran hanyalah langkah awal. Tanpa adanya strategi bisnis yang jelas, pertemuan ini menjadi sia-sia. Oleh karena itu, perusahaan harus merumuskan rencana bisnis yang kuat, mengidentifikasi arah bisnis yang jelas, dan menentukan langkah-langkah yang dibutuhkan untuk mencapainya.



“Life isn’t about waiting for the storm to pass, it’s about learning to dance in the rain”
-Vivian Greene (British Author)

Plan: Sebuah Kompas untuk Mencapai Tujuan

Sebuah perusahaan tidak akan berjalan jika tidak adanya perencanaan (*plan*) atau strategi bagaimana kedepannya akan berjalan. Ini sama halnya dengan kehidupan pribadi.

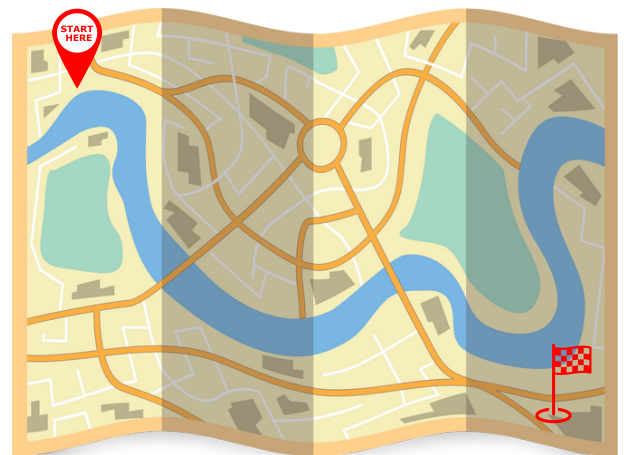
Apa yang dimaksud dengan sebuah perencanaan?

Perencanaan (*plan*) adalah proses menetapkan tujuan, mengembangkan strategi, dan menguraikan tugas dan jadwal untuk mencapai tujuan. Ini adalah proses memutuskan secara rinci bagaimana melakukan sesuatu sebelum kita benar-benar mulai melakukannya.



Lets say tujuan kita adalah berbelanja barang bulanan. Ini mungkin terdengar seperti tugas yang sederhana, tetapi jika kita memecahnya, ada banyak tugas kecil yang terlibat, seperti membuat daftar, mencari kunci kendaraan, mencari dompet, menyalakan mobil, berkendara ke toko, mencari dan memperoleh barang belanjaan, membelinya, dll.

Perencanaan pada dasarnya adalah suatu proses yang dimulai dengan suatu tujuan. Sama seperti peta, saat mengikuti sebuah rencana, seseorang dapat melihat seberapa banyak kemajuan mereka pada saat menuju tujuannya dan seberapa jauh mereka dari tujuannya.



Sekarang mari kita berbicara mengapa perencanaan itu penting:



Mengarahkan Masa Depan

Misalnya jika di kemudian hari kita membutuhkan uang segera, apa yang akan kita lakukan? Itu sebabnya kebanyakan orang menabung, agar mereka bisa melangkah menuju masa depan dengan percaya diri.

Itu sebabnya perencanaan penting untuk bertahan hidup.

WHY IS **PLANNING** IMPORTANT FOR US?

Sebuah Panduan Dalam Mengambil Keputusan

Nantinya, kita akan lebih mudah mengambil keputusan, karena kita memiliki pegangan hidup supaya keputusan kita tidak membuat kita berjalan jauh dari tujuan.

Jika kita tidak memiliki rencana, kita akan seperti orang yang tersesat karena kita tidak memiliki sesuatu yang bisa menuntun kita ke tujuan kita.

Membantu untuk Tetap Fokus

Adakalanya dalam kehidupan, kita akan menghadapi gangguan-gangguan yang membuat kita kehilangan fokus dan berjalan ke luar dari jalur.

Nah, dengan memiliki rencana, kita dapat dengan mudah untuk kembali ke jalur yang benar. Kita dapat mengingatkan diri kita sendiri bahwa kita memiliki kehidupan yang harus diselesaikan dan target yang harus kita capai agar rencananya dapat berjalan dengan baik.



Siap untuk Hal yang Buruk

Tentunya dengan memiliki rencana, kita pasti sudah memiliki tindakan preventif, antisipatif, dan alternatif ketika rencana utama tidak berjalan sesuai dengan harapan.

Jika sesuatu yang buruk terjadi (misalnya perubahan pasar, krisis ekonomi, perubahan cuaca, dll), kita mampu beradaptasi dan bertindak sesuai dengan situasi.

Bantu Manfaatkan Waktu

Perencanaan dan pengaturan timeline yang baik akan sangat membantu kita untuk melakukan sesuatu karena kita sudah tahu kapan harus mengerjakan A dan B, dan kapan harus beristirahat.

Ini tentunya dapat membantu kita cepat mencapai tujuan

The Conclusion:

Sebuah perusahaan yang sukses tentunya memahami pentingnya perencanaan dan strategi untuk meraih kesuksesan jangka panjang. Demikian juga dalam kehidupan pribadi, rencana dan visi yang kuat membantu kita menjalani setiap hari dengan tujuan yang jelas.

Jadi, mulailah merencanakan sesuatu dan tetap berkomitmen pada perjalanan menuju kesuksesan dan kebahagiaan dalam kehidupan kita!

HOW DO I CREATE MY LIFE PLAN?

Setiap orang melakukan perencanaan hidup mereka secara berbeda, namun proses Perencanaan Hidup pada umumnya terdiri dari 5 tahapan umum.



Step 1:
Refleksi Pribadi – Siapa Anda?

Step 2:
Imajinasi & Keinginan -
Anda bisa menjadi siapa?

Step 3:
Menetapkan Arah - apa tujuan hidup
Anda, misi hidup, visi masa depan &
prinsip panduan

Step 4:
Prioritas – apa yang paling perlu
Anda fokuskan saat ini dan di
masa depan?

Step 5:
Rencana Aksi – sumber daya, dukungan,
dan tindakan apa yang Anda perlukan
untuk melaksanakan hal ini?

Step 1

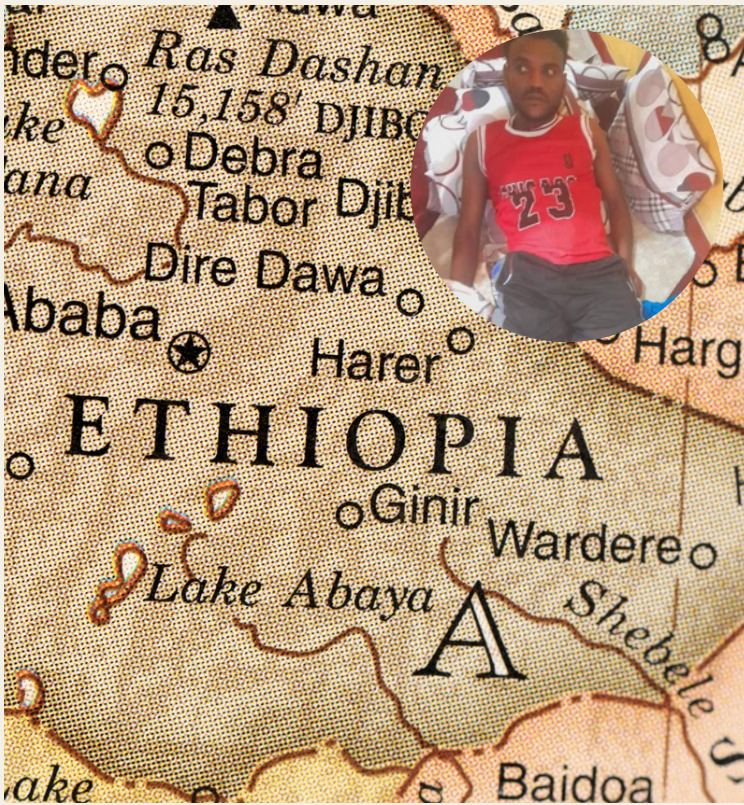
fokus pada memperjelas dan mengembangkan identitas & pengembangan pribadi

Step 2 & 3

menekankan visi jangka panjang dan prinsip-prinsip panduan hidup

Step 4 & 5

fokus pada prioritas, sasaran & langkah tindakan praktis untuk jangka pendek dan jangka panjang



PEMUDA ETIOPIA JADI PAHLAWAN DALAM MENYELAMATKAN ANAK DARI BANJIR SUNGAI

Seorang pemuda Etiopia melompat dari bus yang bergerak dan mengarungi sungai yang banjir untuk menyelamatkan seorang anak laki-laki berusia 10 tahun dari tenggelam telah dipuji sebagai "malaikat"

Abdi Tufa (penyelamat) mengatakan, ia tertimpa batu dan kayu yang terbawa air banjir dari dataran tinggi, namun ia terus berjalan hingga mencapai Riyad Nesru (anak laki-laki).

"Kaki saya patah. Punggung dan pinggang saya terluka parah. Saya sedang menjalani perawatan sekarang," katanya kepada BBC Afaan Oromoo.

Abdi, yang sedang dalam perjalanan dengan bus menuju ibu kota Ethiopia, tersentak dari tidurnya oleh jeritan kesedihan penduduk desa yang meminta bantuan untuk menyelamatkan Riyad, yang hanya beberapa menit lagi akan tenggelam atau tersapu oleh amukan air banjir.

Abdi mengatakan dia melompat keluar jendela bus karena mengambil keputusan mendadak, sehingga mengejutkan penumpang lain dan kemudian terjun ke sungai.

"Saya baru saja melihat anak itu melalui jendela. Dia hampir tenggelam namun tidak ada seorang pun yang bisa menyelamatkannya," katanya kepada BBC Afaan Oromoo saat dia memilih untuk membantu bocah yang tak berdaya itu.

Abdi masih dalam masa pemulihan dalam perawatan keluarga bocah tersebut. Meskipun terluka parah, ia senang bisa menyelamatkan nyawa bocah itu.

Tindakan Abdi Tufa adalah contoh nyata keberanian dan kepedulian yang luar biasa. Dalam momen yang mendesak, dia mengatasi risiko dan melukai dirinya sendiri untuk menyelamatkan seorang anak yang tak berdaya.

Semoga Abdi segera pulih dan semoga kisah keberaniannya menjadi inspirasi bagi kita semua untuk membantu sesama dalam situasi darurat ya!

KUPAS TUNTAS

PERATURAN PERUSAHAAN PART 10

Kupas Tuntas Peraturan Perusahaan edisi ini akan membahas mengenai **Hari Libur dan Cuti**, yaitu Pasal 36, 37, 38, 39, 40 dan 31:

PASAL 36 HARI LIBUR

1. Hari libur adalah hari sabtu dan minggu serta hari libur resmi lainnya yang sudah ditetapkan oleh pemerintah
2. Bila situasi dan keadaan mengharuskan lain atas dasar pertimbangan operasional maka hari libur dapat disesuaikan kemudian.

PASAL 37 CUTI TAHUNAN

1. Cuti tahunan diberikan kepada karyawan/ti yang telah bekerja selama 12 (dua belas) bulan berturut-turut sebanyak 12 hari kerja dengan mendapat gaji / upah penuh;
2. Pelaksanaan cuti tahunan ditetapkan oleh Perusahaan dengan memperhatikan kepentingan kerja / kelancaran Perusahaan dan karyawan/ti;
3. Perusahaan mempunyai hak untuk mengatur cuti tahunan secara bersamaan/cuti massal;
4. Karyawan/ti yang akan melaksanakan cuti tahunan harus membuat pengajuan untuk disetujui atasan dan diketahui oleh bagian HC selambat-lambatnya 1 (satu) hari sebelum tanggal pelaksanaan cuti tahunan;
5. Masa berlaku hak cuti tahunan adalah 12 (dua belas) bulan setelah timbulnya hak cuti. Apabila dalam kurun waktu tersebut karyawan/ti yang bersangkutan tidak melaksanakan hak cutinya,

maka hak cuti tahunan tersebut otomatis gugur (hangus), kecuali karena pertimbangan kebutuhan pekerjaan yang mendesak/istimewa dan atas persetujuan Kepala Divisi, hak cuti tahunan dapat ditangguhkan paling lama 6 (enam) bulan. Hak cuti tahunan tidak dapat diganti dalam bentuk uang maupun bentuk lain; Timbulnya hak cuti tahunan dapat dilihat di system HRIS atau ditanyakan ke bagian HC.

PASAL 38 CUTI BESAR

1. Karyawan/ti yang sudah bekerja 5 (lima) tahun berturut-turut berhak atas cuti besar yang lamanya 22 (dua puluh dua) hari kerja atau uang cuti sebesar 1 (satu) bulan upah pokok. Demikian pula bagi karyawan/ti yang memiliki kelipatan masa kerja 5 (lima) tahun;
2. Hak cuti besar tidak berpengaruh terhadap hak cuti tahunan karyawan/ti;
3. Demi kelancaran penggunaan cuti besar, Perusahaan melalui bagian HC memberitahukan kepada karyawan/ti saat timbulnya hak cuti besar tersebut selambat-lambatnya 30 (tiga puluh) hari sebelumnya;



4. Karyawan/ti menentukan pilihan untuk ambil cuti besar 22 (dua puluh dua) hari atau uang cuti sebesar 1 (satu) bulan upah pokok dengan mengisi formulir yang telah disediakan dan menyerahkan ke bagian HC selambat-lambatnya pada hari ulang tahun dinas ke-5 atau kelipatannya;

5. Masa berlaku hak cuti besar adalah 5 (lima) tahun setelah timbulnya hak cuti. Apabila dalam kurun waktu tersebut karyawan/ti yang bersangkutan tidak melaksanakan hak cutinya, maka hak cuti besar tersebut otomatis gugur (hangus).

PASAL 39 ISTIRAHAT MELAHIRKAN, GUGUR KANDUNGAN DAN MENYUSUI

1. Karyawati yang akan melahirkan diberikan istirahat melahirkan selama 1,5 (satu setengah) bulan sebelum (menurut keterangan dokter/bidan yang merawatnya) dan 1,5 (satu setengah) bulan sesudah melahirkan dengan tetap mendapat upah;
2. Dalam hal terjadi gugur kandungan, maka istirahat diberikan 1,5 bulan setelah gugur kandungan dengan mendapat gaji /upah penuh. Hari-hari tidak bekerja karena gugur kandungan hanya dapat diambil berdasarkan surat keterangan dokter/bidan yang merawatnya.
3. Perusahaan menyediakan ruangan sesuai dengan kemampuan perusahaan dan memberikan kesempatan sewajarnya mempersiapkan ASI (Air Susu Ibu) bagi karyawati yang masih memberikan ASI kepada anaknya.

PASAL 40 CUTI HAID

Perusahaan memberikan kesempatan kepada karyawati yang dalam masa haid merasakan sakit untuk mengambil cuti haid 2 (dua) hari dalam sebulan dengan persetujuan atasannya

PASAL 41 CUTI MASAL/ CUTI BERSAMA

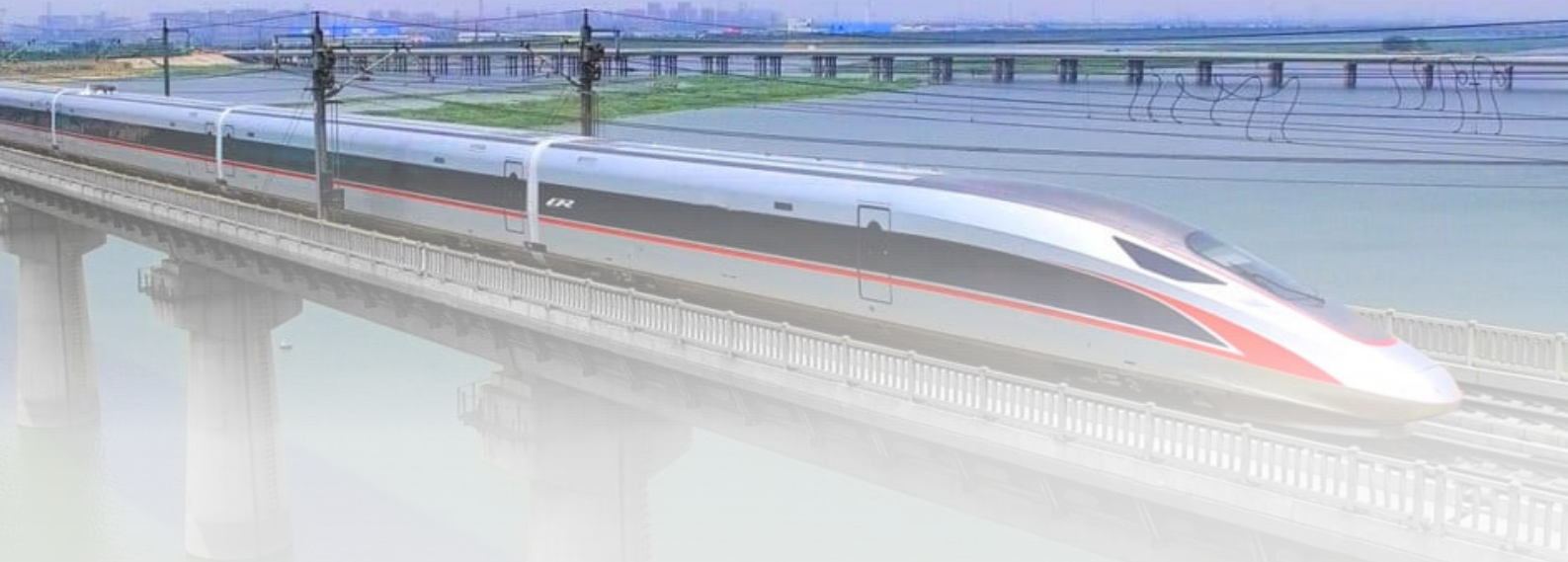
1. Perusahaan dapat mengambil kebijakan untuk memberlakukan cuti massal/cuti bersama
2. Cuti massal/cuti bersama akan diperhitungkan dari cuti tahunan karyawan/ti yang bersangkutan.



Next IMPACT
Kupas Tuntas:

**PASAL 42
Mengenai Dispensasi**

ANTUSIASME MASYARAKAT SAAT UJI COBA KERETA CEPAT JAKARTA-BANDUNG



Uji coba kereta cepat Jakarta-Bandung (KCJB) yang sudah berlangsung sangat diminati oleh masyarakat!

Pada masa uji coba ini warga mencoba kereta cepat dari Stasiun Tegalluar, Kabupaten Bandung, Jawa Barat, sampai Stasiun Halim, Jakarta, maupun sebaliknya.

Dalam perjalanan pulang pergi, terlihat penumpang sangat antusias dan menikmati pengalaman pertamanya. Sebagian besar penumpang duduk nyaman sambil menikmati pemandangan kota dan alam di sepanjang jalur Jakarta – Bandung.

Sebagian lagi asyik dengan aktivitas seru, seperti mencoba koin berdiri hingga mendokumentasikan fasilitas dan cerita perjalanan dengan video-video singkat.

Jadi, apakah kamu sudah daftar untuk mengikuti uji coba kereta cepat ini?



PHOENIX DAN MASA DEPAN KECERDASAN BUATAN DI PEKERJAAN RUMAH TANGGA



TAHUKAH KAMU?

Para ahli memperkirakan bahwa **robot rumah tangga** akan menjadi kebutuhan di sebagian besar rumah di Amerika Serikat (AS) pada akhir dekade ini. Pendiri Sanctuary AI, Geordie Rose, yang bermarkas di Vancouver, telah mengembangkan robot seukuran manusia yang dinamai Phoenix. Robot ini kini sudah aktif di dua toko kelontong, bertugas mengemas produk dan melakukan pekerjaan membersihkan.

Dilansir dari Unilad, Rose mengatakan bahwa “Android Phoenix sudah mampu melakukan tugas-tugas seperti membersihkan, mengemas, mengisi barang di lemari es bahkan mampu mempelajari keterampilan baru layaknya manusia.”

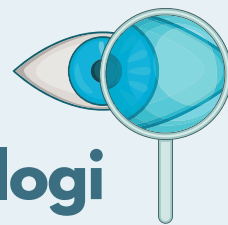
Robot Phoenix memiliki kesuksesan berkat kecerdasan buatan (AI) yang memanipulasi objek dengan sensor getaran dan software AI Carbon. Robot ini awalnya dilatih oleh manusia dalam realitas virtual dan kemudian belajar mandiri.

Informasi saat ini, perusahaan tidak memperjual Phoenix, melainkan akan menyewakannya kepada pihak-pihak yang berminat mendapatkan jasanya. Selain itu, Phoenix akan dapat digunakan sekitar tahun 2025 hingga 2028.

Namun, faktanya dalam survei sikap terhadap 11.201 orang dewasa di Amerika, **Pew Research Center** menemukan bahwa lebih dari separuh orang Amerika (52%) merasa **lebih khawatir** dibandingkan gembira dengan meningkatnya penggunaan kecerdasan buatan.

Bagaimana pendapatmu mengenai perkembangan teknologi kecerdasan buatan (AI) ini?
Apakah kamu merupakan seseorang yang merasa khawatir atau gembira?





Pentingnya Merawat Mata dalam Kehidupan Sehari-hari yang Penuh Teknologi

Saat bekerja di kantor, kita pasti menghabiskan waktu 8–9 jam sehari di depan layar komputer. Bahkan terkadang, waktu istirahat juga digunakan dengan bermain smartphone atau tablet.

Kita semua tentu mengetahui bahwa menatap komputer sangat melelahkan mata. Pada dasarnya, berfokus pada objek yang sama, menatap ke satu arah secara terus-menerus dan dalam jarak sama dapat membawa efek buruk pada otot-otot mata, dan bisa merusak penglihatan.

Ada beberapa tips yang bisa kita lakukan untuk menjaga kesehatan mata, simak tips tersebut:

Gunakan Dark Mode

Setelan dark mode atau mode gelap, yang bisa ditemukan di sejumlah ponsel pintar Apple dan Android dengan sistem operasi modern. Menurut Professor Chris Lohmann, setelan itu membuat mata lebih nyaman.



Konsumsi Makanan Sehat yang Bagus untuk Kesehatan Mata

Memilih buah dan sayuran yang dapat melindungi mata termasuk dari penyakit seperti katarak dan rabun. Berikut beberapa jenis sayuran dan buah yang dapat melindungi kesehatan mata.

- **Wortel:** Kandungan beta karoten, vitamin B6 dan C, kalsium, kalium, fosfor, dan serat yang terdapat dalam wortel akan diubah oleh tubuh menjadi vitamin A
- **Brokoli:** Mengandung nutrisi Zeaxanthin dan Lutein yang fungsinya adalah melindungi mata dari pancaran sinar UV.
- **Bayam:** Mengandung banyak Zeaxanthin dan Lutein. Juga juga terkandung vitamin B6, C dan K, asam folat, zat besi, kalsium, sulfur dan klorofil, Vitamin C
- **Tomat:** Kaya akan vitamin A, C dan lycopene.
- **Alpukat:** Mengandung Lutein untuk mencegah degenerasi mata
- **Pisang:** Kaya akan Vitamin A, B1, B2, B6, dan C, yang mana Vitamin A dapat bermanfaat untuk kesehatan mata.
- **Mangga:** Vitamin A, B1, C dan E. Vitamin A
- **Ubi Jalar:** Mengandung vitamin A dan vitamin C yang baik untuk Kesehatan mata.



Mengatur/ Mengubah Posisi Tubuh

- **Posisi duduk** harus senyaman mungkin dengan mengatur tinggi kursi agar Anda bisa menjejakkan kaki di lantai dan badan tegak.
- Saat mengatur **posisi layar komputer** sebenarnya direkomendasikan harus 15–20° di bawah mata Anda, yaitu sekitar 10–13 cm yang diukur dari tengah layar dan 50–70 cm dari mata Anda.
- **Mengistirahatkan Mata:** Setiap 20 menit sekali, usahakan untuk menatap ke arah selain layar selama 20 detik agar mata Anda berganti fokus.
- **Sering Berkedip** untuk menjaga permukaan bola mata tetap lembap

Periksa Mata Rutin ke Dokter

Jika kita sudah mulai merasakan gejala-gejala yang membuat penglihatan terganggu, segera periksakan mata ke dokter agar dapat diketahui apa penyebab dan cara penanganannya.

Mata adalah salah satu aset berharga yang harus dijaga, maka Penting bagi kita untuk memberikan perhatian khusus pada kesehatan mata. Dengan melakukan langkah-langkah yang tepat, kita dapat terus menjaga penglihatan kita agar tetap optimal dan nyaman.

JADI, JANGAN LUPA MERAWAT MATA KITA DENGAN BAIK YA!

KILAS BALIK HARI OLAHRAGA NASIONAL

SPORTS UPDATE



**KOTA SOLO,
9 SEPTEMBER 1948**

PON pertama ini adalah upaya untuk menunjukkan kepada dunia bahwa Indonesia mampu menyelenggarakan kompetisi olahraga tingkat nasional. Pesta pembukaan PON I pada tanggal 9 September 1948 diangkat menjadi tanggal peringatan Hari Olahraga Nasional oleh masyarakat Indonesia.

Pada tahun 1985, Presiden Soeharto secara resmi menetapkan tanggal 9 September sebagai Hari Olahraga Nasional melalui Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 67 Tahun 1985. Oleh karena itu, Hari Olahraga Nasional adalah momen penting untuk merayakan prestasi olahraga Indonesia dan menghargai dedikasi atlet-atlet dalam upaya memajukan olahraga di Indonesia.

Mari kita rayakan semangat olahraga dan prestasi atlet-atlet Indonesia dalam memajukan dunia olahraga. Selamat Hari Olahraga Nasional! ya!

PERAN PENTING HARI OLAHRAGA NASIONAL

Hari Olahraga Nasional, yang saat ini diperingati pada tanggal 9 September setiap tahun, diresmikan sebagai hari peringatan penting dalam sejarah olahraga Indonesia. Ini disebabkan oleh sejarah PON pertama yang diadakan pada tanggal 9-12 September 1948 di Kota Solo, Jawa Tengah. PON pertama diadakan karena Indonesia belum diakui sebagai negara merdeka dan atlet Indonesia tidak dapat mengikuti Olimpiade Internasional di London.

Sebanyak 600 atlet dari seluruh Indonesia ikut serta dalam PON pertama ini, dan 9 cabang olahraga bersaing dengan 108 medali yang diperebutkan.





WORLD
**Mental
Health
Day**

10 OCTOBER 2023



A photograph of a beach scene. In the foreground, a wooden walkway made of planks leads from the bottom edge towards the center. The walkway is flanked by wooden fences made of vertical slats. Beyond the fences, there is a sandy area with some sparse, dry grass. In the background, the ocean stretches to the horizon under a clear blue sky with a few wispy clouds. The overall tone is bright and serene.

**IF THE PLAN
DOESN'T WORK,
CHANGE THE PLAN**

Not The Goal

Welcome Aboard Our New Employee



Indira Fedra Winadine Siregar
Business Development Staff
APT



Mayshal Aldo Krisnanda
Business Development Staff
APT



Muhammad Viery Setiawan
Business Development Staff
APT

**WELCOME
TO THE TEAM!**

Happy Birthday



Rizki Ardiansyah
1 Oktober



Enrico Armando S. H.
9 Oktober



Tarno
10 Oktober



Joko Budi Laksono
13 Oktober



Jaka Mega P.
15 Oktober



Devy Nur Annisa U.
16 Oktober



**Aqsha Permana
Fityantono**
23 Oktober



Anita
26 Oktober



Lestio Yudianto
27 Oktober



Hani Ratnasari
29 Oktober



On Time Employee



- Aulia Rahman
- Christian Sonny Denny Rantung
- Dadan Darmawan
- Dian Hendiyana
- Fajar Budiman
- Hani Ratnasari
- Komarudin
- Muhamad Suryana
- Padholi
- Rizki Ardiansyah
- Sanii Pratiwi
- Umri Budiana
- Virza Fardiansyah
- Wida Pentiassari



- Alqi Lazuardi Meidika
- Andi Wahyu Martanto
- Anugerah Pratama
- Bella Hasian Siadari
- Budi Hartono
- Deni Nasrullah
- Galuh Puspito Aryani
- Hablul Warid
- Merina Lestari
- Mochamad Alwy Kurniawan
- Muhammad Hilmi Haidar
- Nurianti Sri Bulan Nasution
- Roby Nur Rhamadhan
- Sherin Yohana Putri Simamora
- Suranto
- Surya Jabar



- Aditia Andrew
- Adwitya Amarendra Datta
- Arghy Ramandha
- Budi Santoso
- Dustanti Wita Danarti
- Dzulfikar Mujahidin
- Ingelina Riza Mulyono
- Museli Yuliana Putri
- Nurjainuri
- Samhadi
- Sarmili
- Sheptian Nugroho
- Sugiyanto
- Susmita Maria Siahaan
- Zulkifli



- Tazkia Zahra Ardana



- Abdul Hadi
- Angga Nugraha
- Bima Aji Cahya
- Galih Ari Setyawan
- Muara Mula Boy Sianturi
- Sidik Kamseno

QUIZ TIME

Tebak Nama Tempat di Jakarta!

<u>Example:</u>	CIIIKN	CIKINI
No	Nama Tempat (Acak)	Jawaban
1.	BEETT	?
2.	AABELMS	?
3.	AAAEGIJNRT	?
4.	ADDHIKNNOOP	?
5.	AAABILKT	?
6.	AABEOPRRS	?
7.	AAADEGGIKLNP	?
8.	AACGNW	?

Kirim jawabannya melalui email ke humancapital@trg.co.id

Pemenang Quiz Edisi Ke-42:

- Anugrah Pratama
- Cynthia

Jawaban Quiz Edisi Ke-42:

1. Banda neira
2. Pulau Derawan
3. Taman Nasional
Wakatobi
4. Gunung Bromo

Yuk submit jawaban Quiz
dan dapatkan

E-Wallet sebesar 100K



P.S :

- Pemenang Terbatas
- Siapa Cepat Dia Dapat



**A GOAL WITHOUT A
PLAN IS JUST A
WISH**



Goal Detail

Goal Summary Write your SMARTER goal

Domain ☐ SPIRITUAL ☐ INTELLIGENT
☐ PARENTAL ☐ SOCIAL

Key Motivations Write the reasons you want this goal

Next Steps List the actions you will take