

IMPACT

INTERNAL MEDIA OF PROFESSIONAL ACT

TRG UPDATE

**TRG SATELIT HADIR MEMBANTU SMK/SMA
PROVINSI MALUKU**

MENGHADAPI UNBK DALAM WAKTU SANGAT SINGKAT

TRG UPDATE

SIGAP MENANGANI, PT. TRG INVESTAMA

BERLAKUKAN WFH DAN WORKING SPLIT

TRG UPDATE

PEDULI COVID-19

TRG UPDATE

TRGI KAMPANYE #WFHItuKerja

AGILE AND ADAPTIVE!

Salam Impact !

Redaktur

Pemimpin Umum

Bobby Rasyidin

Pembina

Alexander Runtuwene

Pemimpin Redaksi

Laili Irawati

Tim Redaktur:

Helena Anthonia A.

Annisa Leonita

Nabila Ruhdyani

Nanda Chairunnisa

Angger P. Caesario

Online Publisher

flippingbook.com

Fitur IMPACT :

- Online Access Link
- Magazine Animation
- Video Viewer

Human Capital
TRG Investama
2020

IMPACT

Internal Media of Professional Act
Edisi 07 - April 2020

Bulan Maret ini kita menghadapi perubahan yang luar biasa dengan adanya Pandemic virus Corona. Sekolah-sekolah ditutup dan proses belajar mengajar dilakukan secara daring. Tempat peribadatan ditutup dan jamaah diminta beribadah di rumah masing-masing. Gedung-gedung perkantoran juga banyak yang tutup dan karyawan diminta bekerja dari rumah. Termasuk di TRGI Group.

Sekilas, bekerja dari rumah sepertinya menyenangkan. Tidak perlu menempuh perjalanan ke kantor, tidak perlu sibuk merias diri pagi-pagi dan bisa bekerja sambil tiduran di kamar yang nyaman. Namun ternyata, bekerja dari rumah punya tantangannya sendiri. Motivasi dan konsentrasi kerja rasanya sulit karena *mindset* kita masih di rumah yang biasanya jadi tempat istirahat. Belum lagi anak, pasangan atau anggota keluarga lainnya yang menuntut untuk diperhatikan. Koordinasi dengan anggota tim atau bagian lain juga tidak semudah jika kita bisa bertatap muka langsung.

Semua perubahan ini menuntut kita untuk bisa beradaptasi. Mungkin terasa berat diawal, tapi kondisi seperti ini nampaknya masih akan berlangsung untuk beberapa minggu ke depan. Hanya orang-orang yang mampu beradaptasi dan lincah menghadapi perubahan yang akan bisa menyesuaikan diri dengan keadaan. Selamat membaca dan mari menjadi bagian dari orang-orang yang bisa beradaptasi!



CONTENT

Pesan Direksi

Heru Nurhayadi

TRG Update

TRG Satelit Hadir Membantu SMK/SMA Provinsi Maluku Menghadapi UNBK Dalam Waktu Sangat Singkat

TRG Update

TRG Satelit Hadir Dalam Pameran SatShow 2020 : Build, Connect, Unite

TRG Update

TRG Peduli Covid-19

TRG Update

Sigap Menangani, PT. TRG Investama Berlakukan WFH dan Work Split

TRG Update

Mengenai Aplikasi ZOOM Meeting

TRG Update

PT. TRG Investama kampanye #WFHItuKerja

TRG Update

#WFHItuKerja Tetap Produktif Selama WFH di TRGI

TRG Update

#WFHItuKerja Tips Mengelola Gaji Ketika Krisis

TRG Update

#WFHItuKerja Aturan Bekerja Sehat di Kantor

TRG Update

#WFHItuKerja Aturan Beribadah Selama di Kantor

World Update

Bantu Tangani Corona COVID-19, Apple Bikin Pelindung Wajah untuk Petugas Medis

Tech Update

Data Google Sebut Kerumunan di Indonesia Menurun 50 Persen

Tech Flashback

Bulan Maret adalah bulan yang tercatat sebagai Bulan Sejarah Wanita

Fakta Unik

8 Cara Perkuat Sistem Imun Tangkal Virus Corona

Intermezzo

Employee Update and Quiz

Pesan Direksi



Semangat Pagii
Pagi.. ! Pagi.. ! Pagii.. !

Segala sesuatu di dunia ini berubah, dan tidak ada yang berubah kecuali perubahan itu sendiri. Begitulah sebuah kalimat yang pernah saya baca, tentunya hal ini dipisahkan dari beberapa hal yang memang sudah digariskan untuk tetap dan tak berubah.

Perubahan dari generasi ke generasi, membawa manusia menuju perkembangan, atau mereka akan tersingkir dan perubahan dalam diri setiap manusia pada dasarnya adalah sebuah keniscayaan.

Manusia dituntut untuk menjadi “lebih baik”, sehingga apabila tidak berubah menjadi “lebih baik” maka manusia itu akan merugikan. Dengan kata lain, hari ini harus lebih baik dari kemarin dan besok harus lebih baik daripada hari ini.

Sama seperti TRGI Group, yang melakukan banyak perubahan pada awal Maret 2020 dengan kegiatan Penanaman Perdana di Kebun Kopi KRI di Mandailing Natal, launching aplikasi HRIS Talenta sebagai system payroll di TRG, launching platform CRM yang dijalankan ke seluruh perusahaan TRGI Group, yaitu Bitrix24, live testing penggunaan aplikasi FAST yang dikembangkan oleh tim PT Indonesian Cloud, launching inisiasi dari program Asitaaja oleh tim PT Solusi Awan Indonesia dan ANPS Teacher Conference yang diikuti Silversea Media Indonesia. Besar harapan kami, semua karyawan TRGI berupaya keras meningkatkan profesionalisme, produktivitas, melalui kerja keras, sinergi dan kolaborasi positif antar karyawan satu anak usaha dan dengan anak usaha lainnya.

Perubahan tidak hanya di TRG Group, terjadi juga secara global, dengan maraknya informasi terhadap dampak yang ditimbulkan oleh virus Corona yang akhir-akhir ini dikabarkan telah sampai di Indonesia, diharapkan seluruh karyawan TRGI Group untuk tetap waspada dan bijak dalam mensiasatinya serta tetap menjaga kesehatan masing-masing maupun kebersihan sekitar.

Semoga Tuhan YME memberikan kekuatan, kelancaran, kesehatan dan kesuksesan yang membawa berkah kepada kita semua.

Selamat berkarya dan Semangat Pagiiii.

Revolin Simulsyah
CEO Kopi Rakyat Indonesia



TRG•SAT

TRG SATELIT

HADIR MEMBANTU SMK/SMA PROVINSI MALUKU MENGHADIRI UNBK DALAM WAKTU SINGKAT

Jakarta - Pada awal bulan Maret lalu, setelah melalui proses e-tender PT APT (ANGKASA PRIMA TEKNOLOGI) ditunjuk KOMINFO Pemprov Maluku sebagai penyedia internet broadband berbasis SATELIT (VSAT) dengan untuk kebutuhan akses internet di SMK/SMA/Madrasah yang ada di MALUKU yang tersebar di 9 Kabupaten dan 2 Kota (Ambon dan Tual) di Propinsi MALUKU

Scope Pekerjaan menyediakan layanan Internet up to 6Mbps untuk 148 SMA, 41 SMK dan 4 MADRASAH

Tantangan di Project ini adalah Akses ke lokasi lokasi tersebut di kepulauan yang mengandalkan Kapal Ferry dan juga Kapal Cepat

Dengan Layanan INTERNET ini, APT membantu Pemprov MALUKU meningkatkan kualitas pendidikan dalam rangka UNBK (Ujian Nasional Berbasis Komputer)

- dimana tahun tahun sebelumnya anak anak SMA/SMK di 193 sekolah tersebut melakukan UNBK ke sekolah sekolah lain yang sudah ada Internet, bahkan mrk berjalan dan menginap di Kabupaten lain.

UNBK SMK berhasil dilaksanakan pada 16-18 Maret lalu, sedangkan UNBK SMA 30 Maret – 1 April 2020 di Batalkan oleh Presiden Jokowi sehubungan dengan Masalah Covid-19, namun Layanan Internet Satelit APT sudah berhasil online di lokasi SMA tersebut

Proyek ini adalah salah milestone yang penting bagi PT APT dalam perkembangannya menjadi salah satu perusahaan VSAT yang berkibar di Indonesia setelah sebelumnya APT (TRG divisi satelit) bersama dengan PT Indoprata Teleglobal (IPT) telah ditunjuk sebagai salah satu provider cellular backhauling untuk Telkomsel

TRG SATELIT HADIR DALAM PAMERAN SATSHOW 2020: BUILD, CONNECT, UNITE

Jakarta - Bertempat di Washington Convention Center Amerika Serikat, pergelaran tahunan industri Satelit dunia dilaksanakan dari tanggal 9-12 Maret 2020. Acara besar ini dihadiri oleh semua pemain besar baik Space Segment, Ground Segment juga ikut didalamnya termasuk Satelit untuk Militer.

Pembukaan pameran ini dilakukan dihari pertama dengan menghadirkan pembicara utama yaitu Elon Musk, pendiri SpaceX dan juga produk mobil listrik terkenal, Tesla. Dalam pidatonya beliau menyampaikan optimismenya industri Satelit terutama Low Earth Orbit (LEO). LEO teknologi yang diyakini sebagai langkah besar di bisnis satelit yg selama ini terkendala kebutuhan pasar dari sisi High Troughput dan Low Latency. Ada hal menarik dimana tiket Team TRG Satelit cuman utk pameran bukan untuk pembukaan, tp kita berhasil negosiasi untuk diijinkan masuk ke tempat pembukaan pameran dan pidatonya Elon Musk yg sangat ditunggu tunggu.

Beberapa meeting penting juga sudah dilakukan oleh Team TRG Satelit salah satunya adalah dengan Japan Satellite (JSAT). Meeting ini merupakan milestone tersendiri karena JSAT sedang mencari partner di Indonesia dalam membangun Infrastuktur Teleport dan Gateway Satelit di Batam tahun 2020 ini. Secara prinsip JSAT dan TRG sudah mengetahui bentuk kerjasama yg saling menguntungkan yg akan dibentuk bersama.

Semoga semua usaha dan ikhtiar Team TRG Satelit bisa terwujud dengan dukungan penuh dari Management dan seluruh karyawan TRG pada umumnya.

Semangat Pagi !



TRG PEDULI

COVID-19

CORCOMM TRG – Kondisi yang diakibatkan oleh merebaknya COVID-19, tidak hanya berpengaruh kepada risiko kesehatan dan keselamatan, namun juga secara ekonomi. Keadaan tersebut akan lebih sangat dirasakan oleh sektor informal, yang mengandalkan pendapatan harian. Jumat, 3 April 2020, Dikoordinir oleh Support Directorate, PT. TRG Investama ingin ikut berpartisipasi dalam ikut meringankan beban ekonomi masyarakat, dengan kegiatan TRG Peduli COVID-19, membagikan sembako di beberapa lokasi masyarakat yang terjangkau dari kantor Menara MTH. Semoga kegiatan ini, mampu menjadikan beberapa kondisi dan situasi terimbas COVID-19 lebih ringan dan menjadi ladang pahala bagi kita semua dihadapan Tuhan, sebagai makhluk yang menyayangi dan peduli sesama.



A group of approximately 10 employees of PT. TRG Investama are posing for a photo in front of a modern glass-walled building. They are all wearing face masks. Some are raising their fists in a gesture of solidarity. The background shows a large, multi-story office building with many windows.

SIGAP MENANGANI, PT. TRG INVESTAMA BERLAKUKAN WFH DAN WORKING SPLIT

CORCOMM TRG – Dengan semakin merebaknya informasi dan wabah COVID-19 yang semakin meresahkan dan perlu segera dicegah penyebarannya, PP Menara MTH melakukan penyemprotan disinfektan yang dilakukan selama 1 minggu penuh, dimulai pada hari Senin, 23 Maret 2020 hingga Jumat, 27 Maret 2020.

Kondisi tersebut memberikan imbas kepada seluruh *tenant* yang berada di dalam Menara MTH untuk tidak melakukan kegiatan perkantoran di Menara MTH, selama proses penyemprotan Disinfektan dilakukan.

Tidak terkecuali dengan perusahaan – perusahaan di bawah naungan TRG Group. Direktorat Shared Service dan Support dengan cepat dan tanggap melakukan berbagai penanganan dan perencanaan terhadap situasi ini, dengan memberlakukan *Work From Home* (WFH) dan *Working Split*.

Support Directorate dan Human Capital Division memberlakukan beberapa peraturan yang kebijakan untuk tetap memastikan segala keperluan selama pemberlakuan *Work From Home* dapat berjalan efektif. Mulai dari memastikan perangkat kerja yang tetap dapat digunakan selama WFH.



Minggu, 22 Maret 2020, Support Directorate melakukan koordinasi cepat untuk mengakomodir seluruh alat kerja yang masih tertinggal di kantor dan belum sempat untuk dibawa oleh para karyawan ke rumah. Namun dengan segala prosedur keselamatan yang dijaga untuk tetap memastikan keamanan pada proses pengambilan perangkat kerja ini, seperti membatasi orang yang akan melakukan pengambilan, dengan maksimal 4 orang, dan melakukan pembagian kepada karyawan setelahnya di lobby Menara MTH.

Mulai hari Senin, 23 Maret 2020 yang lalu, hingga Jumat, 27 Maret 2020, TRG Investama Group memberlakukan WFH secara serentak kepada seluruh karyawannya. Ini merupakan sejarah baru dalam berjalannya bisnis dan usaha yang selama ini dialami oleh TRG Investama.

Di saat sudah diperbolehkannya proses operasional dijalankan kembali di Menara MTH, TRGI Group memberlakukan kebijakan Working Split, mulai Senin, 30 Maret 2020.

Zoom Cloud Meeting

CORCOMM TRG - Sejak Organisasi Kesehatan Dunia atau WHO mengeluarkan deklarasi yang mengatakan dengan resmi bahwa Coronavirus adalah pandemi global, maka banyak dari negara dengan penderita pandemi ini telah mengambil tindakan demi menyelamatkan warga negaranya. Kota-kota ditutup, sekolah, perkantoran dan semua kegiatan juga tempat umum telah ditutup untuk mencegah pandemi ini berkembang lebih lanjut.

Oleh karena itu kegiatan ekonomi juga menerima dampaknya yang paling besar yaitu dengan tutupnya pusat perbelanjaan dan pasar. Para pekerja dilarang untuk melakukan aktivitas di kantor dan ini membuat adanya istilah work from home atau WFH massal yang dilakukan hampir di semua negara yang terinfeksi pandemi.

Untuk memfasilitasi kemudahan work from home, Anda dapat menggunakan aplikasi perangkat lunak konferensi video yang ada, salah satunya adalah Zoom.

Aplikasi ini membuat telecommuting jarak jauh lebih praktis, efisien dan disertai banyak fitur-fitur yang membuat pertemuan online lebih nyaman. Dengan COVID-19 yang berhasil melumpuhkan hampir seluruh dunia, aplikasi Zoom telah menjadi alat komunikasi bagi mereka yang bekerja dari rumah untuk tetap berhubungan dan melanjutkan alur kerja harian dengan gangguan minimal.

Aplikasi Zoom ini dinilai punya kualitas yang mumpuni. Buktinya, setengah dari perusahaan yang masuk ke Fortune 500 sudah menggunakan layanan tersebut. Bapak presiden RI Joko Widodo dan jajarannya dikabarkan juga menggunakan aplikasi tersebut untuk rapat online dengan anggota kabinet.



Sejarah Zoom Cloud Meeting

Zoom didirikan pada 2011 oleh Eric Yuan, insinyur utama dari Cisco Systems dan unit bisnis kolaborasinya WebEx. Layanan ini dimulai pada Januari 2013, dan pada Mei 2013 mengklaim telah memiliki satu juta user. Selama tahun pertama peluncurannya, Zoom menjalin kemitraan dengan penyedia perangkat lunak kolaborasi B2B, seperti Redbooth (kemudian Teambox), dan juga menciptakan program bernama "Bekerja dengan Zoom", yang membangun kemitraan dengan beberapa vendor perangkat keras dan perangkat lunak seperti Logitech, Vaddio, dan InFocus.

Pada Juni 2014, Zoom memiliki 10 juta pengguna. Pada bulan Februari 2015, jumlah peserta yang menggunakan produk utama Komunikasi Zoom Video, Zoom Rapat, mencapai 40 juta orang, dengan 65.000 organisasi berlangganan. Perusahaan telah menyelenggarakan total 1 miliar menit rapat sejak didirikan.

Pada 4 Februari 2015, Zoom Video Communications menerima dana Seri C US \$ 30 juta.



Pada Januari 2017, Zoom secara resmi memasuki klub unicorn (penilaian US \$ 1 miliar) dan menarik US \$ 100 juta dalam pendanaan Seri D dari Sequoia Capital dengan penilaian satu miliar dolar.

Pada bulan September 2017, Zoom menyelenggarakan Zoomtopia 2017, konferensi pengguna tahunan pertama Zoom. Zoom mengumumkan serangkaian produk dan kemitraan baru, termasuk Kemitraan Zoom dengan Meta untuk mengintegrasikan Zoom dengan Augmented Reality, integrasi dengan Slack dan Workplace oleh Facebook, dan langkah pertama menuju konverter speech-to-text intelijen buatan.

Pada bulan Maret 2019, Zoom diajukan untuk go public di NASDAQ; pada 18 April 2019, perusahaan go public, dengan saham naik lebih dari 72%, dengan penawaran umum perdana US \$ 36 per saham. Perusahaan ini bernilai di bawah US \$ 16 miliar pada akhir IPO-nya.

Sumber : Wikipedia



#WFHItuKerja

Selama 2 minggu ke belakang, para karyawan di TRG Group telah menjalankan berbagai prosedur dalam upaya pencegahan dan minimalisasi penyebaran COVID-19 yaitu dengan menerapkan *Work From Home* dan *Working Split* terhitung sejak 23 Maret 2020.

Berbagai aturan dan kebijakan diberlakukan dan diterapkan dalam usaha memastikan tingkat keamanan, keselamatan, kesehatan dan produktivitas dari setiap karyawan, tetap terjaga selama masa krisis COVID-19 ini berlangsung.

Untuk itu, Corporate Communication TRG melakukan Kampanye Masif baik secara internal maupun eksternal dengan menggaungkan #WFHItuKerja, baik secara peraturan maupun penyampaian layanan dan produk di Anak Perusahaan TRG Group.



TETAP PRODUKTIF SELAMA WFH DI TRG



#WFH ITU KERJA



#WFH ITU KERJA



#WFH ITU KERJA

Mengapa WFH Perlu ?

- Social distancing bertujuan untuk memastikan penyebaran virus COVID-19 ini dapat ditekan sebisa mungkin sementara tenaga medis dan para peneliti bekerja keras melakukan perawatan dan menemukan vaksin untuk penyakit ini.
- Guidelines ini dibuat untuk tetap bisa menjaga produktivitas yang biasa dilakukan di kantor menjadi online, karena social distancing mengharuskan untuk bekerja di rumah, demi keamanan dan kesehatan bersama.



1. "Work from home" artinya bekerja seperti biasa, hanya dari rumah. Jam kerja tetap, jam 08:30 - 17:30. Waktu istirahat tetap jam 12:00 - 13:00. Jadi waktu 08:30 - 17:30 di blok untuk bekerja.



2. Tiap pagi jam 08:30, semua tim harus "absen masuk". Melalui Talenta dan group komunikasi pada masing-masing fungsi, bisa melalui WA ataupun jalur komunikasi lainnya. Absen untuk siap bekerja. Kemudian "absen selesai" jam 17:30.



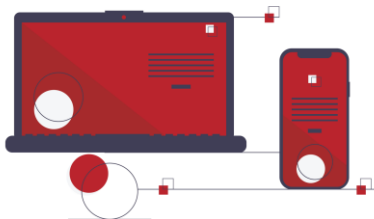
#WFH ITU KERJA



#WFH ITU KERJA



#WFH ITU KERJA



3. Semua bekerja dengan laptop dan phone/WA dari rumah masing-masing.



4. Jika keluar rumah (selama jam kerja), harus ijin ke atasan masing-masing.



5. Semua tim harus memastikan ada program/pengawasan dan target yang jelas untuk dicapai setiap harinya. Jika ada program/pengawasan yang belum jelas, tolong ditanyakan ke atasan.



#WFH ITU KERJA



#WFH ITU KERJA



#WFH ITU KERJA



6. Semua tim harus melaporkan progress status harian (apa yang sdh dikerjakan dan diselesaikan hari ini) melalui group komunikasi pada masing-masing fungsi, bisa melalui WA ataupun jalur komunikasi lainnya. Progress disampaikan setiap jam 17:30 atau saat "absensi selesai".



7. Perbanyak komunikasi via telp/WA untuk memperjelas tugas dan mencari solusi bersama. Bicaralah secara terbuka, termasuk jika ada kesulitan-kesulitan yang harus diselesaikan bersama.

Mari Ciptakan Suasana Nyaman Bekerja di Dalam Rumah Untuk Menunjang Kinerja yang Tetap Produktif



TIPS MENGELOLA GAJI KETIKA KRISIS



MENGAPA PENTING MENGELOLA GAJI KETIKA KRISIS ?

- o Banyak hal berubah selama mewabahnya virus corona, dari segi sosial maupun ekonomi. Pandemi virus corona yang mengubah kehidupan sebagian besar masyarakat di Indonesia turut berdampak pada kondisi ekonomi.
- o Bagi pelaku dunia usaha, ketidakpastian akan disikapi dengan berbagai kemungkinan dan perencanaan. Sepertinya kita sebagai para karyawan, mulai mempersiapkan perencanaan keuangan pribadi, khususnya dalam mengatur pemasukan berupa gaji dengan lebih bijak.



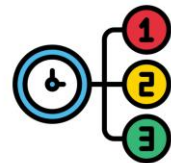
1. JANGAN PANIK



Panik hanya akan membuat Anda terburu-buru dalam mengambil keputusan dan justru merugikan keuangan anda. Anda harus sangat obyektif dalam memandang realitas. Tidak melakukan pembelian barang - barang kebutuhan secara berlebih, adalah salah satu bentuk pengendalian diri dari kepanikan.



2. BUAT SKALA PRIORITAS



- o Tentukan terlebih dahulu mana kebutuhan yang penting dan utama. Jangan menghabiskan uang Anda untuk hal-hal yang tidak penting. Tundalah keinginan-keinginan yang tidak penting. Penuhi kebutuhan-kebutuhan yang Anda masukkan ke dalam daftar prioritas.
- o Dalam kondisi krisis seperti ini, jalan satu-satunya yang tepat adalah dengan melakukan penghematan. Yang dimaksud penghematan di sini adalah Anda harus lebih teliti dalam mengeluarkan uang untuk kebutuhan sehari-hari.



3. SEGERA LUNASI UTANG DAN PILIH TABUNGAN YANG TEPAT



Dalam kondisi ekonomi sulit, maka langkah yang terbaik adalah lunasi utang Anda secepatnya, apalagi jika utang dengan menggunakan kartu kredit.

Anda harus paham bahwa dalam kondisi krisis, bunga utang akan membunuh Anda perlahan. Mengapa demikian? Karena bunga utang khususnya kartu kredit sangatlah besar. Bunga kartu kredit akan semakin besar kalau Anda segera tak melunasinya.



4. TABUNG DALAM BANYAK BENTUK INVESTASI



Alokasikan tabungan Anda ke sumber pendapatan yang terdiversifikasi dengan baik, atau dengan kata lain menabung uang Anda dalam banyak bentuk investasi. Namun jangan sampai Anda terjebak dengan membeli produk investasi terlebih dahulu sebelum Anda menentukan tujuan keuangan Anda. Ada banyak pilihan jika Anda memang menginginkan investasi jangka pendek atau di bawah 5 tahun. Deposito, reksa dana pasar uang, ataupun emas adalah pilihan yang menarik untuk dicoba.



5. BATASI PENGELUARAN



Ada baiknya untuk mengurangi pengeluaran setiap bulannya. Tak perlu memangkas sepenuhnya. Sebab hal tersebut merupakan hal yang sulit dilakukan.

Anda hanya perlu mengurangi pengeluaran sehari-hari. Misalnya, Mengapa tak mencoba untuk memberhentikan berlangganan TV kabel Anda. Lebih baik nikmati saluran TV gratis dibandingkan dengan TV kabel yang belum tentu terlalu penting. Anda bisa mengalokasikan biaya tersebut untuk ditabung ataupun hal-hal lainnya yang lebih bermanfaat.



6. PERBANYAK CASH DAN TABUNGAN LIKUID



Saat kondisi ekonomi kurang bersahabat, banyak kesempatan yang bisa Anda peroleh jika Anda jeli. Perbanyak cash dan tabungan likuid Anda, karena ketika kondisi semakin memburuk Anda bisa membeli aset dengan harga sangat murah, orang yang butuh uang akan menjual asetnya dengan harga murah asal bisa segera dapat uang tunai. Kesempatan bagi Anda memiliki aset produktif dengan harga murah.



*It's Not Just About
Healthy And
Working Planning, It's
Also Your Personal
Economy*

ATURAN BEKERJA SEHAT DI KANTOR



1. JAM KERJA SELAMA DI KANTOR



Selama masa diberlakukannya *Aturan Bekerja Sehat* ketika krisis COVID-19, jam kerja karyawan adalah masuk pukul 08.30 WIB dan pulang pukul 17.00 WIB. Karyawan diharapkan masuk dan pulang dengan tertib



2. TEMPERATURE CHECK, DISINFECTANT SPRAY & CUCI TANGAN



Bagi karyawan yang berada di area kerja lantai 11 dan 12, wajib dilakukan pengecekan suhu tubuh, penyemprotan disinfektan dan mencuci tangan dengan sabun, sebelum masuk ke area kerja masing – masing.



3. MEMAKAI MASKER DI AREA KERJA



Karyawan akan diberikan 1 masker setiap hari dan wajib selalu menggunakan masker di area kerja. Jika masker dirasa sudah tidak layak untuk digunakan, disebabkan karena sudah kotor atau lama digunakan, karyawan wajib membuang dan menggunakan masker yang baru dengan membawa cadangan sendiri.



4. WORKING & PHYSICAL DISTANCING



Karyawan akan diantarkan ke area kerja masing – masing oleh tim GS untuk ditunjukkan lokasi tempat duduk yang diperbolehkan untuk ditempati. Meja yang telah diberi tanda "X", artinya adalah meja kerja yang tidak boleh ditempati.



5. MEMBAWA MAKAN SIANG SENDIRI & DILARANG FOOD DELIVERY



Karyawan diimbau untuk membawa sendiri perbekalan makan siang dan segala kebutuhan konsumsi selama berada di kantor. Selama masa krisis COVID-19, karyawan dilarang melakukan pemesanan apapun menggunakan jasa layanan antar baik offline maupun online.



6. PENGGUNAAN MEETING ROOM YANG DIPERBOLEHKAN



Selama *Aturan Bekerja Sehat* diberlakukan, Ruang meeting yang diperbolehkan untuk digunakan di lantai 11 hanya di Ruang Meeting UCS, dan untuk di lantai 12 hanya di Ruang Meeting Indonesian Cloud, dengan ketentuan penggunaan mengikuti kaidah Physical dan Working Distancing



7. PEMBATAHAN SEMENTARA AREA KERJA LAIN



Untuk sementara, area kerja MIKA di lantai GF dialihkan ke area kerja APT Lantai 11, dan area kerja ruko KRI Tebet dialihkan ke area kerja UCS Lantai 11



8. HIMBAUAN UMUM



- Untuk sementara, jika tidak ada urusan yang mendesak dan penting, maka karyawan diimbau untuk tidak meninggalkan area kerja dan berlalu-lalang di lokasi atau area kerja lain kecuali untuk beribadah salat dan ke toilet.
- Smoking area di API, sementara ditutup.
- Tidak perkenankan untuk menerima tamu dari luar



Mari Tetap Berlaku Hidup Sehat Selama Menjalani Pekerjaan di Kantor, Aman untuk Kita, Rekan Kerja dan Keluarga Kita di Rumah.



ATURAN BERIBADAH SELAMA DI KANTOR

1. TETAPLAH DIRIKAN SALAT BAGAIMANAPUN SITUASINYA



Tatkala badai COVID-19 menerjang, banyak tata cara salat yang berubah. Bahkan bila wudhu dan tayamumpun tidak mungkin dilakukan maka diperbolehkan salat tanpa wudhu. Yang penting tetap dirikan salat.

2. DIPERBOLEHKAN TIDAK SALAT BERJAMAAH SELAMA KRISIS



Sesuai fatwa MUI nomor 3 huruf a yang berbunyi :
"Dalam hal ia (orang sehat) berada di suatu kawasan yang potensi penularannya tinggi atau sangat tinggi berdasarkan ketetapan pihak yang berwenang maka ia boleh meninggalkan shalat jum'at dan menggantinya dengan shalat dhuhur di tempat kediaman, serta meninggalkan jamaah shalat lima waktu, terawih dan ied di masjid dan tempat umum lainnya."

3. PASTIKAN LINGKUNGAN DAN TEMPAT ANDA SALAT DI KANTOR



General Support sudah mengusahakan pembersihan dan pencegahan potensi persebaran virus dengan menyemprotkan disinfektan ke berbagai tempat, termasuk area salat, area wudhu dan area toilet, untuk ikut memastikan kenyamanan beribadah salat selama di kantor. Untuk sementara, tidak dihibau untuk melakukan salat di luar area kantor. Bawalah alas tempat sujud Anda sendiri.

4. PASTIKAN DIRI SEHAT DAN PASTIKAN IMAM ATAU MAKMUM LAIN JUGA SEHAT

لَا يُرَدُّ مُرَضٌّ عَلَى مُصَيِّحٍ

"Jangan dikumpulkan yang sakit dengan yang sehat."
(HR. Bukhari, no. 5771 dan Muslim, no. 2221)

Mushola lokasi tempat Salat, berlokasi di Lantai 11 dan 12 Menara MTH. Jika Anda ingin tetap berjamaah di Mushola, pastikan diri Anda dan jamaah lain (Imam atau Makmum) secara penglihatan awam, dalam keadaan sehat (tidak batuk, pilek dan letih-lesu). Jika mendapati hal demikian, hindari dan beritahukan kepada yang bersangkutan untuk beristirahat di rumah.

5. TETAP MENGGUNAKAN MASKER DAN ALAT PENCEGAHAN PENYEBARAN LAINNYA KETIKA SALAT



Tetap lindungi diri dan orang lain yang akan menjalani Salat baik sendiri atau berjamaah di Mushola kantor, dengan melengkapi diri dengan masker dan alat pencegahan penyebaran lainnya, seperti hand sanitizer, alas sujud salat dan lain sebagainya.

6. JIKA SALAT BERJAMAAH, JUMLAH IMAM DAN MAKMUM MAKSIMAL 4 ORANG SETIAP GILIRAN



Untuk pencegahan, setiap giliran salat berjamaah, maksimal hanya dibatasi 4 orang, yang terdiri dari 1 Imam dan 3 Makmum.

7. DIANJURKAN SAF DIBERIKAN JARAK 1 METER ANTAR MAKMUM DAN TETAP SAH SALATNYA



Berdasarkan pandangan para ulama Mazhab Syafi'i, sebagai amalan masyarakat rumpun Melayu, shalat jamaah yang dilakukan di dalam satu tempat yang sama (masjid, mushala, aula, lain-lain) hukumnya tetap sah meskipun jarak mereka berjauhan.

7. TIDAK DIANJURKAN BERJABAT TANGAN SETELAH SALAT



Menghindari jabat tangan atau bersalaman ketika salat telah usai, sebagai tindakan pencegahan penularan COVID-19

"Manusia Berikhtiar, Pahala Kesempurnaan Salat, Allah SWT Lebih Tahu Balasan yang Pantas dan Istimewa untuk Hamba-Nya"

Bantu Tangani Covid-19, Apple Bikin Pelindung Wajah Untuk Petugas Medis

Dalam postingannya via *Twitter* pada Senin (6/4/2020), CEO [Apple](#) Tim Cook mengungkapkan, perusahaannya mulai merancang dan memproduksi pelindung wajah untuk para pekerja kesehatan di Amerika Serikat yang menangani pasien Virus Corona COVID-19.

Peningkatan jumlah sumbangan masker juga dilakukan [Apple](#) menjadi 20 juta, atau dua kali lipat dari jumlah sebelumnya.

Rumah Sakit Kaiser Permanente yang berlokasi di Santa Clara Valley, California, menerima kiriman pelindung wajah pertama dari *Apple* yang baru dikembangkan pada pekan lalu.

Setiap pelindung wajah terkumpul dalam waktu kurang dari dua menit dan sepenuhnya dapat disesuaikan, kata Tim Cook, lalu ia menambahkan bahwa respons dari dokter sejauh ini positif. [Apple](#) juga berhadap agar dapat memperluas distribusi alat pelindung wajah ini di luar Amerika Serikat.

Tim Cook mengatakan, "Kami berkoordinasi erat dengan profesional medis dan pejabat pemerintah di seluruh Amerika Serikat untuk mendapatkan ini ke tempat yang paling dibutuhkan," demikian seperti dikutip dari *South China Morning Post*.

Kontribusi Tim di Apple

Pembuatan pelindung wajah itu, imbuhi Tim cook, juga sebagai upaya seluruh perusahaan melibatkan tim desain, teknik, pengemasan, dan operasi perusahaan serta pemasok dalam proyek.

Tim Cook menyampaikan, pada akhir pekan ini, Apple berencana untuk mengirim 1 juta pelindung wajah, dan 1 juta per minggu setelah itu. Bahan dan manufaktur pun dicari Apple dari Amerika Serikat dan China.



Sumber :

<https://www.liputan6.com/global/read/4220611/bantu-tangani-corona-covid-19-apple-bikin-pelindung-wajah-untuk-petugas-medis>

Data Google Sebut Kerumunan di Indonesia Menurun 50 Persen

Google meluncurkan halaman yang mencantumkan informasi mobilitas pengguna Android di 131 negara, termasuk Indonesia, untuk membantu penanganan wabah virus Corona. Hal ini dilakukan Google untuk mengetahui seberapa besar efek lockdown yang diterapkan sejumlah wilayah untuk meredam keramaian, sebagai upaya meminimalisir penyebaran penyakit Covid-19.

Menurut Google, pusat-pusat keramaian di Indonesia menurun hingga kurang lebih separuhnya (50 persen), saat imbauan bekerja, belajar, dan beribadah dari rumah diterapkan, dibandingkan saat hari biasa.. Untuk mengetahui persebaran tingkat kerumunan orang di suatu wilayah, Google mengumpulkan data dari sejumlah pengguna anonim yang menyalakan fitur "Location History" di perangkat Android mereka.

Lantas, bagaimana gambaran tingkat keramaian di sejumlah tempat umum di Tanah Air yang disediakan oleh Google?

Tempat umum makin sepi Secara garis besar, Seluruh aktivitas di beberapa tempat umum serta tempat yang dianggap sebagai pusat keramaian di Indonesia, menunjukkan tren penurunan, alias makin sepi, berkat adanya imbauan kerja, belajar, serta beribadah dari rumah.

Di kategori tempat rekreasi misalnya, tingkat keramaian menurun drastis hingga 47 persen dibanding hari biasa. Begitu pula dengan kategori taman bermain. Menurut Google, orang yang mengunjungi pantai, taman kota, dan tempat serupa lainnya, berkurang hingga sekitar 52 persen dari hari biasa.

Penurunan yang paling tinggi bisa dilihat dari kategori pusat transportasi. Google mengklaim bahwa tingkat keramaian di terminal bis, stasiun kereta, dan beberapa tempat serupa lainnya 54 persen lebih sepi dibanding hari biasa.

Tingkat keramaian di area perumahan sendiri meningkat sebanyak 15 persen dibanding angka baseline yang dibuat Google. Wajar memang lantaran pengguna saat ini memang diharuskan untuk berdiam diri di rumah untuk meminimalisir penyebaran Covid-19. Sebagaimana dirangkum KompasTekno dari GSMArena, Senin (6/4/2020), Google mengonfirmasi bahwa laporan ini akan diperbarui setiap dua atau tiga hari sekali dan bakal merangkum data pusat keramaian selama 5 minggu ke terakhir.

Sumber:

<https://tekno.kompas.com/read/2020/04/06/10020067/data-google-sebut-kerumunan-di-indonesia-menurun-50-persen?page=2>.

Bulan Maret adalah bulan yang tercatat sebagai Bulan Sejarah Wanita. Lebih tepatnya 8 Maret adalah Hari Perempuan Internasional. Buat Menyambut Hari Perempuan Internasional, berikut berbagai penemuan penting para ilmuwan wanita di bidang sains yang ikut berkontribusi buat kemajuan zaman dan teknologi hingga saat ini. Ini dia 4 di antaranya.

Ada Lovelace - Programmer Komputer Pertama Dunia

Ada Lovelace adalah wanita yang seringkali dideskripsikan sebagai programmer komputer pertama di dunia! Putri dari penyair ternama Lord Byron ini pertama kali belajar matematika karena permintaan ibunya pada tahun 1843.

Lovelace kemudian merilis sebuah publikasi terjemahan dari artikel *Analytical Engine*. Yang jadi menarik, dalam terjemahan ini Lovelace nambahin sendiri catatan tentang cara baru untuk menyelesaikan berbagai permasalahan matematika dan kemungkinan membuat komputer di masa depan.



Bulan Maret Adalah Bulan Yang Tercatat Sebagai Bulan Sejarah Wanita

Caroline Herschel - Pakar Astronomi

Wanita pakar astronomi yang andal ini, awalnya adalah seorang musisi. Herschel kemudian belajar membuat teleskop dan jadi murid astronomi bersama dengan sang kakak. Di akhir abad ke-18, Herschel dan kakaknya kemudian membuat katalog tentang berbagai nebula dan komet yang sampe kini masih digunakan oleh NASA. Keren!

Hedy Lamar - Menemukan Pengirim Sinyal Radio

Hedy Lamar adalah seorang aktris Hollywood asal Austria, yang bukannya hanya pintar tapi juga cantik. Buktnya, pada tahun 1941 Lamar pernah menerima paten buat sebuah alat yang bisa mengirim dan menerima sinyal radio. Penemuan ini sebenarnya diciptakan sebagai alat komunikasi rahasia militer. Tapi, seiring berjalannya waktu ternyata penemuan Lamar digunakan sebagai dasar penemuan handphone, mesin fax, dan berbagai teknologi tanpa kabel lainnya. Super Keren!

Inge Lehman - Pakar Seismolog

Di abad ke-20, Lehman yang merupakan pakar seismologi ini, sedang mempelajari data-data gempa bumi di seluruh dunia ketika ia menemukan sesuatu yang menarik. Ketika itu ia menemukan fakta bahwa gempa bumi di New Zealand yang terjadi pada tahun 1929 punya pola gelombang yang aneh. Gelombang yang terjadi pada gempa tersebut memantul ke dalam inti Bumi.

Karena studinya ini, pada tahun 1936 Lehman pun merilis publikasi teorinya yang isinya menjelaskan kalau bumi mempunyai lapisan inti bagian dalam yang padat. Teori ini menggantikan teori yang ada sebelumnya yang bilang kalau Bumi hanya mempunyai satu lapisan inti yang cair.

8 Cara Perkuat Sistem Imun Tangkal Virus Corona

Istirahat Yang Cukup

Tidur malam yang berkualitas merupakan cara tersimpel untuk memperkuat sistem imun. Menurut National Sleep Foundation, orang dewasa setidaknya membutuhkan tidur selama 7–9 jam tiap harinya. Ingat, tanpa tidur yang cukup tubuh tidak bisa memproduksi sitokin dengan jumlah yang banyak. Padahal, sitokin merupakan sejenis protein untuk melawan infeksi dan peradangan yang secara efektif menciptakan respons imun. Nah, sitokin ini diproduksi dan dilepaskan selama kita tertidur. Istirahat yang cukup juga bisa memupuk produksi Sel T di dalam tubuh. Sel T merupakan kelompok sel kekebalan tubuh yang berperan penting dalam sistem imun terhadap virus. Sel T akan menyerang dan menghancurkan sel pembawa virus. Di samping itu, tidur yang berkualitas juga bisa meningkatkan respons sistem kekebalan tubuh terhadap ancaman penyakit. Nah, yakin masih mau begadang? Awas, melemahnya sistem imun jadi taruhannya.



Rutin Berolahraga

Menurut ahli di National Institutes of Health – Medlineplus, olahraga bisa merangsang kinerja antibodi dan sel-sel darah putih. Sel darah putih merupakan sel kekebalan tubuh yang melawan berbagai penyakit. Melalui olahraga juga sel darah putih bisa bersirkulasi lebih cepat. Alhasil, sel-sel tersebut bisa lebih awal untuk mendeteksi penyakit. Menariknya lagi, olahraga juga bisa membantu mengeluarkan bakteri dari paru-paru dan saluran pernapasan. Kondisi inilah yang bisa mengurangi risiko terjangkit flu atau penyakit lainnya. Bagaimana dengan intensitasnya? Menurut anjuran Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dalam Physical Activity and Adults, orang dewasa (18–64) harus melakukan setidaknya 150 menit aktivitas fisik aerobik intensitas sedang dalam satu minggu. Bisa juga 75 menit aktivitas fisik aerobik intensitas tinggi dalam satu minggu.



Makanan Bergizi Seimbang

Gizi seimbang merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Caranya dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih, dan memantau berat badan secara teratur, dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi.



Makanan Penunjang Sistem Imun

Cara memperkuat sistem imun juga bisa melalui makanan-makanan yang baik bagi sistem kekebalan tubuh. Contohnya, brokoli dan bayam. Brokoli kaya serat, antioksidan, vitamin A, C, dan E. Kandungan nutrisi inilah yang bisa memperkuat sistem imun tubuh. Sedangkan bayam hampir serupa. Sayuran hijau ini kaya antioksidan, beta karoten, vitamin C, dan vitamin A. Nutrisi ini juga dibutuhkan tubuh untuk memperkuat sistem kekebalan tubuh. Selain bayam dan brokoli, masih ada makanan lainnya yang bisa kita konsumsi. Contohnya, bawang putih, kunyit, buah-buahan (jeruk, lemon, kiwi, beri, jambu, hingga pepaya), makanan laut (ikan, kerang, dan tiram), hingga yoghurt.



Banyak cara yang bisa kita lakukan untuk mencegah serangan virus corona. Salah satunya dengan meningkatkan sistem imun atau kekebalan tubuh. Menteri Kesehatan RI, Terawan Agus Putranto, terus mengingatkan agar masyarakat menjaga dan memperkuat sistem imun atau kekebalan tubuh. Pertanyaannya, bagaimana cara meningkatkan sistem imun untuk agar terhindari dari COVID-19? Nah, berikut beberapa upaya yang bisa kamu lakukan.



Hindari atau Jangan Merokok

Baik rokok nikotin atau elektronik, baik perokok pasif maupun aktif, terpapar nikotin amat merugikan bagi sistem kekebalan tubuh. Nikotin bisa meningkatkan kadar kortisol (hormon stres) yang mengurangi pembentukan antibodi sel B dan respons antigen sel T (kelompok sel dalam sistem imun tubuh).

Batasi atau Hindari Konsumsi Alkohol

Kata siapa alkohol bisa mematikan virus corona di dalam tubuh? Ingat, itu hanyalah rumor atau hoaks semata. Alkohol memang bisa membunuh virus corona, tetapi pada permukaan benda mati, bukannya di dalam tubuh. Konsumsi alkohol secara berlebihan bisa menjadi bumerang bagi diri, apalagi di tengah-tengah pandemi COVID-19. Ingat, kadar alkohol yang berlebihan di dalam tubuh bisa mengganggu sistem kekebalan tubuh. Oleh karena itu, batasilah atau hindarilah konsumsi alkohol yang berlebihan.



Kelola Stres dengan Baik

Cara memperkuat sistem imun juga bisa melalui tips ini. Ingat, stres bisa memicu tubuh untuk terus memproduksi hormon kortisol. Tingginya hormon kortisol dalam tubuh bisa membuat sistem imun melemah. Oleh karena itu, ketika stres menyerang, cobalah kelolanya dengan baik. Kamu bisa kok untuk meluangkan waktu melakukan hobi, aktif bersosialisasi, melakukan teknik relaksasi, atau olahraga. Jangan salah, olahraga juga bisa memperlambat pelepasan hormon stres lho.



Pertimbangkan Herbal dan Suplemen

Beberapa produk herbal dan suplemen bisa membantu untuk meningkatkan sistem imun tubuh. Hal yang perlu dicatat, beberapa herbal dan suplemen dapat berinteraksi dengan obat-obatan lain. Oleh karena itu, bagi kamu yang sedang mengonsumsi obat-obatan, diskusikan terlebih dahulu dengan dokter sebelum mengonsumsi suplemen atau herbal.



ON TIME EMPLOYEE

We salute you

Per Maret 2020



Dian Hendiyana
Wida Pentiassari
Herry Anto
Hani Ratnasari
Asep Sopyan
Muhammad Akbar Siregar
Moch. Zainul Muttaqin



Lintang Prayogi
Hasbi Maulidi
Annisa Leonita
Laili Irawati



Joshua Alfred Hasudungan
Rachmad Apreza



Andrias
Mutia Andriani
Iqbal Ramadhan



Kusyana
Destya Fenita
Pipit Sandra
Andi Wahyu Martanto
Githa Savitry
Roby Nur Rhamadhan
David Arianto
Aditia Andrew
Yasuhiro Tamara Samadi
Joanne Febryliani Pangestika
Alfons Satyadharma
Irsan Bayu Aji
Merina Lestari
Achjandi Mirza Ramadhan
Della Clarisha Rusli
Alkiya Taftazani
Heru Dwi Saputra
Yanuar Reza Birawa
Sarah Hairunnissa
Astri Dyahaloka
Erwin Janpermadi

HAPPY Birthday



Muhammad Andika

3 April



M. Azhar Nazli

6 April



Christian Sonny D. R

8 April



Hemi Suseno

9 April



Sarji

10 April



Dustanti Wita Danarti

11 April



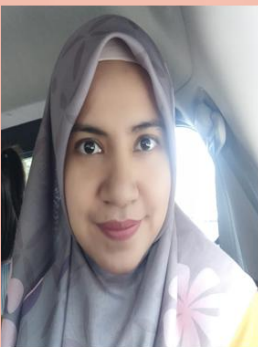
Alfons Satyadharma

12 April



Rakhman Budi Setiawan

19 April



Rizka Wulansari

19 April



Rachmad Apreza

25 April



Alfons Satyadharma

27 April



Tubagus Tommy A

29 April



Rismayani

30 April



Bagyas Yurian
Business Analyst
2 Maret 2020



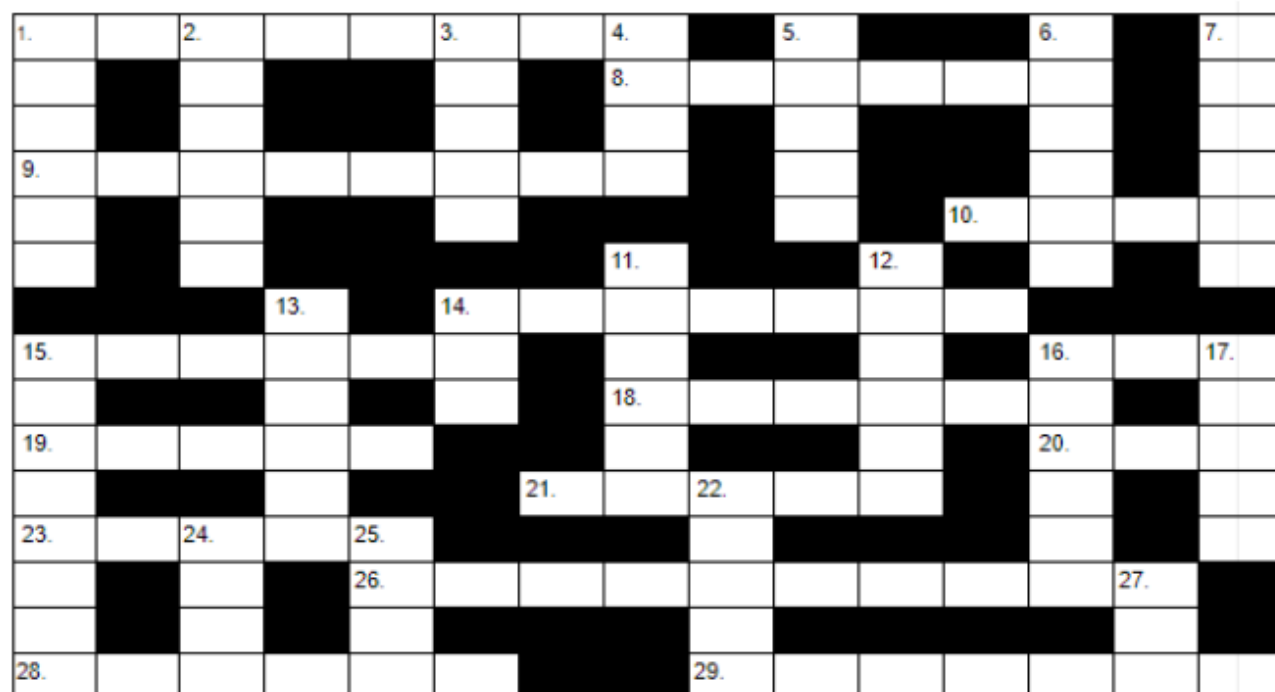
Tria Handayani
Account Manager
16 Maret 2020

Quiz Corner

Petunjuk :

1. Isi jawaban sesuai dengan soal Mendatar dan Menurun dibawah
2. Jawaban harus sesuai dengan kotak yang tersedia
3. Fokus !!!

Jawaban bisa dikirimkan ke email humancapital@trg.co.id, dua (2) orang tercepat & benar mengirimkan jawabannya, masing-masing berhak mendapatkan hadiah



Mendatar :

1. Ibukota Jawa Tengah
8. Jeruk (Inggris)
9. Mainan tradisional yang berputar
10. Bagian tumbuhan
14. Gabungan suku kata/huruf
15. Anak Nabi Ibrahim
16. Air susu ibu (Singkatan)
18. Bumbu warna hitam
19. Park (Indonesia)
20. Dasi (Inggris)
21. Termasuk hewan amfibi
23. Sebelum April
26. Perpindahan dari desa ke kota
28. Tergabung dalam subkelas Hirudinea
29. Tahunnya Orang Islam

Menurun :

1. Pengganti beras
2. Penunjuk arah
3. Langka, unik
4. Gamelan yang besar
5. Mensucikan harta benda yang dimiliki
6. Selain surga
7. Batangnya wangi
11. Alat bernafas jangkrik
12. Termasuk spesies komodo
14. Penumbuk padi
16. Pemain film wanita
17. Sesuai keinginan
22. Boleh diwakafkan
24. Hujan (Inggris)
25. Thunnini
27. Ilmu Pengetahuan Alam (Singkatan)



Congratulations!

Pemenang Impact Edisi Maret :
Diah Wardah Febrina
Erwin Jan Permadi

Tetaplah berprestasi!



IMPACT

Edisi 07 –April 2020
Human Capital