

— SERI : SIKLUS EKONOMI & INVESTASI

Fase Kontraksi: *Sektor Apa yang Masih Aman?*

Saat ekonomi melambat dan harga aset berjatuh, tidak semua sektor ikut tenggelam. Kenali mana yang justru bertahan — bahkan menguntungkan.

11 SLIDE

Materi lengkap

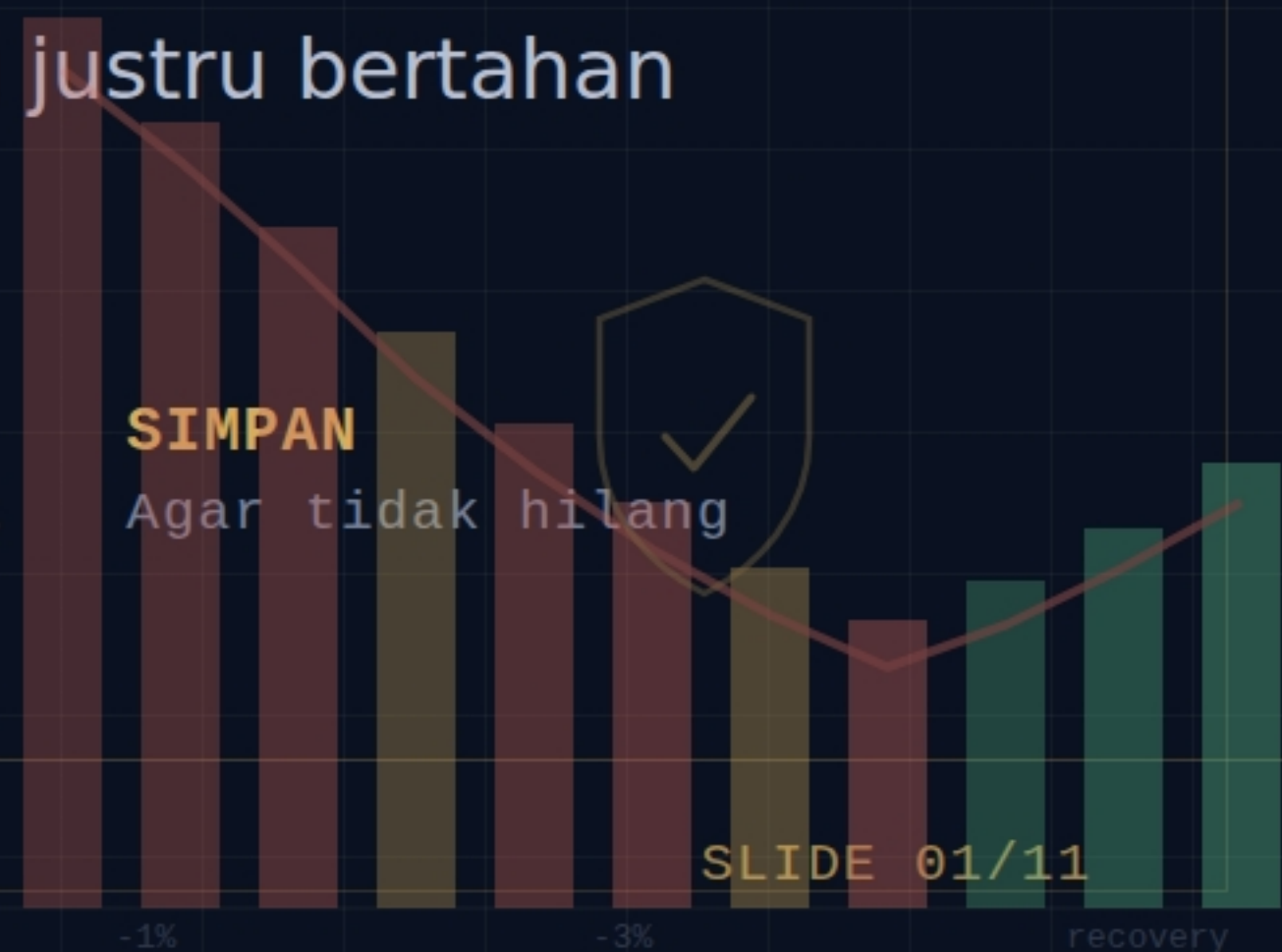
SWIPE →

Geser untuk lanjut

SIMPAN

Agar tidak hilang

SLIDE 01/11



— 01 — RECAP

Apa yang Terjadi Saat Fase Kontraksi?

Fase kontraksi adalah periode ketika aktivitas ekonomi melambat atau menyusut — GDP turun, PHK meningkat, konsumsi melemah, dan kepercayaan bisnis merosot.

CIRI-CIRI UTAMA

- ✦ GDP negatif (resesi jika 2 kuartal)
- ✦ Pengangguran naik
- ✦ Konsumsi rumah tangga turun
- ✦ Laba perusahaan menurun
- ✦ Kredit diperketat
- ✦ Belanja modal bisnis ditunda

SINYAL PASAR

- ✦ IHSG & indeks saham koreksi
- ✦ Volume transaksi menurun
- ✦ Yield obligasi mulai turun
- ✦ PMI di bawah 50
- ✦ Sentimen investor negatif
- ✦ Investor lari ke aset aman

Kabar baiknya: **tidak semua sektor ikut hancur**. Beberapa justru bertahan — bahkan diuntungkan saat orang lain panik.

— 02 — SEKTOR #1

Consumer Staples — Kebutuhan yang Tak Bisa Ditunda

KENAPA AMAN?

Orang tetap butuh makan, mandi, dan kebutuhan dasar lainnya — apa pun kondisi ekonominya. Permintaan terhadap barang ini relatif **inelastis** terhadap krisis.



Makanan & Minuman Kemasan

Konsumen tetap beli kebutuhan dapur meski berhemat di area lain. Emiten: ICBP, INDF, MYOR tetap stabil.



Produk Rumah Tangga & Personal Care

Sabun, deterjen, perawatan diri — barang yang tidak bisa ditunda pembeliannya. Emiten: UNVR, KLBF relatif defensif.



Ritel Kebutuhan Pokok

Minimarket dan supermarket kebutuhan harian tetap ramai. Konsumen beralih dari brand premium ke yang lebih hemat, bukan berhenti beli.



Ciri Khas Sektor Ini

Beta rendah, dividen stabil, pertumbuhan laba lambat tapi konsisten — cocok untuk melindungi portofolio saat krisis.

— 03 — SEKTOR #2

Kesehatan — Kebutuhan yang Tidak Mengenal Resesi

KENAPA AMAN?

Orang tidak berhenti sakit saat resesi. Kebutuhan obat, perawatan medis, dan layanan kesehatan tetap berjalan terlepas dari kondisi ekonomi makro.



Farmasi & Obat-obatan

Permintaan obat resep dan OTC (over-the-counter) relatif stabil. Emiten: KLBF, KAEF, SIDO tetap punya permintaan konsisten.



Rumah Sakit & Layanan Medis

Layanan kesehatan esensial tidak bisa ditunda. Emiten rumah sakit swasta seperti MIKA dan SILO relatif tahan krisis.



Asuransi Kesehatan

Kesadaran proteksi kesehatan justru meningkat saat krisis karena ketidakpastian ekonomi mendorong orang mencari jaring pengaman.



Catatan Penting

Bukan berarti tidak terdampak sama sekali — tapi penurunannya jauh lebih kecil dibanding sektor siklikal seperti tech atau otomotif.

— 04 — SEKTOR #3

Utilitas — Kebutuhan Pokok yang Selalu Mengalir

KENAPA AMAN?

Listrik, air, dan gas adalah kebutuhan dasar yang tidak bisa dihentikan rumah tangga maupun bisnis, apa pun kondisi ekonominya. Pendapatan sangat stabil dan dapat diprediksi.



Listrik & Kelistrikan

Permintaan listrik rumah tangga relatif tetap. Pendapatan emiten kelistrikan diatur regulasi sehingga stabil sepanjang siklus.



Air Bersih & Infrastruktur Dasar

Layanan air dan sanitasi adalah kebutuhan pokok yang permintaannya hampir tidak terpengaruh siklus ekonomi.



Gas & Energi Domestik

Kebutuhan energi rumah tangga untuk memasak dan pemanasan tetap berjalan, terlepas dari kondisi ekonomi makro.



Bonus: Dividen Tinggi

Sektor utilitas terkenal dengan dividend yield tinggi dan stabil — incaran investor yang butuh income saat market turun.

— 05 — SAFE HAVEN

Aset Pelindung di Luar Saham

DI LUAR SAHAM

Selain sektor saham defensif, ada kelas aset di luar bursa yang justru **diburu** saat investor panik dan mencari perlindungan nilai.



Emas (Gold)

Safe haven klasik. Saat ketidakpastian tinggi, dana mengalir ke emas. Harganya cenderung naik saat saham turun.



Obligasi Pemerintah (SBN)

Surat utang negara dianggap nyaris bebas risiko. Harga obligasi naik saat suku bunga dipangkas untuk merespons kontraksi.



Pasar Uang & Deposito

Likuiditas tinggi, risiko rendah. Cocok untuk dana darurat dan "menunggu" peluang masuk saat harga aset sudah murah.



Mata Uang Safe Haven (USD, JPY, CHF)

Investor global lari ke dolar AS, yen, dan franc Swiss saat krisis. Rupiah cenderung melemah di periode ini.

— 06 — HINDARI

Sektor yang Paling Rentan Saat Kontraksi

Sebaliknya, sektor-sektor ini biasanya **paling parah terdampak** saat kontraksi — siklikal tinggi dan sangat bergantung pada daya beli konsumen:

[×] **Properti & Konstruksi** KPR mahal, kredit ketat, daya beli turun. Pembangunan baru ditunda. Sektor pertama yang terkena dampak suku bunga tinggi.

[×] **Otomotif & Barang Mewah** Pembelian besar ditunda. Konsumen menahan diri dari pengeluaran non-esensial. Penjualan kendaraan baru turun tajam.

[×] **Saham Growth & Tech Berisiko Tinggi** Valuasi tinggi paling rentan dikoreksi. Perusahaan belum profit kesulitan mendapat pendanaan saat likuiditas mengering.

[×] **Crypto & Aset Spekulatif** Selera risiko investor anjlok. Crypto biasanya terkoreksi paling dalam dibanding kelas aset lainnya saat kontraksi parah.

— 07 — STRATEGI

Defensive Rotation: Bertahan Tanpa Keluar Pasar

Bagaimana cara investor memposisikan diri tanpa keluar sepenuhnya dari pasar?

①

Defensive Rotation, Bukan Panic Sell — pindahkan bobot portofolio ke staples, kesehatan, utilitas. Jangan langsung jual semua dan keluar pasar.

②

Cari Perusahaan dengan Utang Rendah — di tengah kredit ketat, perusahaan dengan neraca sehat (low debt-to-equity) jauh lebih tahan banting.

③

Siapkan Dry Powder (Cash Cadangan) — simpan likuiditas untuk akumulasi saat harga sudah sangat murah menjelang fase pemulihan.

④

Fokus pada Dividen, Bukan Capital Gain — saat harga sulit naik, perusahaan pembayar dividen konsisten memberi return riil walau pasar lesu.

— 08 — RINGKASAN

Tabel Sektor Aman vs Berisiko Saat Kontraksi

SEKTOR / ASET	STATUS	KETERANGAN	CONTOH
Consumer Staples	AMAN	Beta rendah	ICBP, UNVR, INDF
Kesehatan & Farmasi	AMAN	Permintaan stabil	KLBF, SIDO, MIKA
Utilitas	AMAN	Dividen tinggi	PGAS, PJAA
Emas & SBN	AMAN	Safe haven	Emas fisik, ORI/SBR
Pasar Uang & Deposito	AMAN	Likuiditas tinggi	RDPU, deposito bank
Properti & Konstruksi	RISIKO	Sangat siklikal	BSDE, WIKA, WSKT
Saham Growth & Crypto	RISIKO	Valuasi rentan	GOTO, BTC, ETH

Tabel ringkas – bukan rekomendasi spesifik, sesuaikan riset & profil risikomu.

— 09 — MINDSET

Mindset Investor Bertahan Saat Krisis

Fase kontraksi bukan hanya soal strategi aset — tapi juga soal **mindset**. Inilah prinsip yang perlu dipegang investor:

1 Kontraksi adalah Bagian Normal Siklus

Bukan akhir dunia. Setiap kontraksi dalam sejarah selalu diikuti pemulihan. Jangan panik jual di titik terendah — itu kesalahan paling mahal.

2 Krisis = Periode Akumulasi bagi yang Siap

Investor besar membeli saat orang lain takut. Jika punya cash cadangan, kontraksi adalah peluang membeli aset bagus dengan harga diskon.

3 Jangan Cek Portofolio Setiap Hari

Volatilitas tinggi memicu keputusan emosional. Fokus pada fundamental jangka panjang, bukan fluktuasi harga harian yang membuat cemas.

— 10 — PENUTUP

Kontraksi Bukan Akhir — Ini *Ujian Disiplin*

“Investor yang bertahan di fase kontraksi bukan yang paling pintar memprediksi dasar pasar, tapi yang paling disiplin menjaga portofolio dan emosinya sampai siklus berbalik arah.”

MAU MATERI SEPERTI INI SETIAP MINGGU?

Follow akun ini untuk edukasi investasi rutin — siklus ekonomi, sektor defensif, strategi krisis, dan cara membaca pasar yang bisa langsung kamu terapkan.