INSIGHT YMMA

EDISI 151 | OKTOBER-NOVEMBER 2026



APA Itu Psikosis?

POR YMMA 2026

Terbuka Terhadap Perubahan, Siap Menghadapi Masa Depan

KOYO SHIRASAWA

CONTENTS

Pelindung
Tatsuya Nagata

Penasehat
Direktur & General Manager

Penanggung Jawab
Lili Gunawan

Tim Inti YMMA Insight
Aprilia Widya Sari

Tim Support YMMA Insight
Abiyoso A, Annisa S, Edeltrudis V, Wina M, Anna R, Nur Azizah

Editor
Sri Kusmiati, Dhinda Y, Sari S, Aprilia W,

YMMA Insight
diterbitkan oleh :
PT Yamaha Music
Manufacturing Asia
Kawasan MM2100 Blok EE-3
Cikarang Barat Bekasi 17520
Telp. 021-8981380 (Hunting)
Fax. 021-8981387/88

Terima kasih kepada :
Manager, Assistant Manager, Supervisor, Staff, LL/ALL, dan Operator atas dukungan, informasi dan kontribusinya.

Tim redaksi menerima karya tulis asli seperti fiksi , puisi, karikatur dan cerpen. Karya anda dapat dikirimkan ke : Training Center atau melalui email :

aprilia.widya.sari@music.yamaha.com

Redaktur berhak menyunting tulisan yang akan dimuat tanpa mengubah isi

Setiap hari kita diberikan waktu yang sama—1440 menit. Di dalam waktu yang begitu berharga itu, selalu ada kesempatan untuk melakukan sesuatu yang berarti, sekecil apa pun langkahnya. Satu senyuman, satu kata yang membangun, satu bantuan sederhana, atau satu keputusan untuk menjadi lebih baik dapat memberikan dampak positif bagi diri sendiri maupun orang di sekitar kita.

Karena itu, jangan menunggu kesempatan besar untuk membuat perubahan. Setiap menit adalah peluang baru untuk berbuat baik, belajar, berkembang, dan memberikan energi positif. Seperti sebuah pengingat sederhana: "In every day, there are 1440 minutes. That means we have 1440 daily opportunities to make a positive impact." Mari manfaatkan setiap menit yang kita punya untuk menciptakan sesuatu yang berarti.

Salam Redaksi

Kuis YMMA Insight Bulan Oktober - November 2026

Sebuah toko memiliki 6 shift, yaitu:
Senin pagi – Senin sore – Selasa pagi – Selasa sore – Rabu pagi – Rabu sore
Enam karyawan A, B, C, D, E, dan F masing-masing mendapat satu shift. Diketahui:

- A bekerja sebelum C.
- B bekerja tepat satu shift setelah D.
- E bekerja pada hari Selasa.
- F bekerja setelah C.
- A tidak bekerja pada hari Senin sore.
- C tidak bekerja pada shift terakhir.
- D bekerja sebelum E.

Tentukan seluruh urutan jadwal!

*Kirim jawaban Anda ke email aprilia.widya.sari@music.yamaha.com atau menyerahkan langsung ke office training center

Jawaban Kuis YMMA Insight Bulan Agustus - September 2026

Misalkan jumlah total pekerja yang dibutuhkan untuk menyelesaikan sisa pekerjaan dalam 16 hari adalah X.

- $Pekerja_1 \times Waktu_1 = Pekerja_2 \times Waktu_2$
  18 pekerja × 20 hari = X × 16 hari
  360 = 16X

$X = \frac{360}{16} = 22{,}5 \rightarrow$ dibulatkan ke atas menjadi 24 pekerja (karena jumlah orang harus bulat dan cukup).

1. Hitung tambahan pekerja:
   - Pekerja awal yang tersedia = 18 orang.
   - Tambahan pekerja = 24 - 18 = 6 orang.

INDEKS

2
Contents

3
Profil
Koyo Shirasawa

6
Rekan kita
Rizal Fahmi

7
Galeri Aktivitas
- Perayaan Yamaha Day 2026
- Pekan Olahraga dan Seni (POR) 2026
- Peringatan Maulid Nabi Muhammad SAW di PT YMMA
- Family Day PT YMMA

14
Tips & Trik
- Resep Menu Sehat
- Ide Bisnis Produk Handmade
- yang Mudah dan Menguntungkan

21
Pojok Psikologi
- Apa itu Psikosis?





TERBUKA TERHADAP PERUBAHAN, SIAP MENGHADAPI MASA DEPAN

KOYO SHIRASAWA

Memulai perjalanan di lingkungan yang baru selalu menghadirkan pengalaman tersendiri. Dibalik langkah baru tersebut, tentu ada perjalanan panjang yang telah membentuk siapa dirinya hari ini. Yuk, kita kenal lebih dekat sosok yang kini menjadi bagian dari keluarga besar YMMA, serta cerita, kesan, dan harapan yang dibawanya untuk perjalanan ke depan.

Dibalik Kesibukan, Ada Cerita dan Semangat Belajar

Pengalaman tinggal dan bekerja di Indonesia memberikan banyak kenangan bagi Bapak Shirasawa, mulai dari mengenal berbagai tempat menarik, menikmati kuliner khas Indonesia, hingga menemukan aktivitas baru untuk mengisi waktu luang.

Selama 7 tahun berada di Indonesia, Bapak Shirasawa sudah mengunjungi beberapa tempat, seperti Bali, Yogyakarta, Guci, dan Sukabumi. Menurutnya masing-masing tempat memiliki daya tarik dan kenangan tersendiri. Bukan hanya itu, kuliner Indonesia juga memiliki tempat tersendiri di hati Bapak Shirasawa. Salah satu makanan yang sangat disukainya adalah tongseng kambing.

Di luar kesibukan pekerjaan, Bapak Shirasawa juga suka memasak terutama membuat tumisan sayur dan daging. Beliau juga memiliki berbagai kegiatan sederhana yang biasa dilakukan seperti menikmati kopi dan mengikuti kelas Muay Thai. Semua aktivitas sederhana ini menjadi cara untuk menikmati waktu di luar rutinitas pekerjaan.



Ada cerita menarik lainnya dari Bapak Shirasawa, yaitu perjalanan Beliau dalam belajar Bahasa Indonesia. Awalnya, Beliau sempat mengikuti kelas Bahasa Indonesia namun akhirnya memutuskan untuk berhenti. Beliau kemudian mencoba belajar secara mandiri dengan cara mencatat atau mencari arti kata-kata yang terdengar asing dengan bantuan kamus ketika mengikuti meeting, selain itu Beliau juga belajar melalui tayangan televisi. Hal ini menunjukkan bahwa proses belajar tidak selalu harus dilakukan melalui kelas formal. Dengan rasa ingin tahu, kemauan untuk mencoba dan kebiasaan belajar dari hal-hal yang ditemui sehari-hari, kita bisa terus menambah pengetahuan dan kemampuan baru.

Perjalanan 22 Tahun di Yamaha

Bagi Bapak Shirasawa, perjalanan kariernya tidak lepas dari ketertarikannya terhadap musik. Maklum, semasa kuliah Beliau aktif bermain band, sehingga berharap bisa menemukan pekerjaan yang memiliki hubungan dengan hobinya tersebut. Bapak Shirasawa mulai bergabung dengan YCJ pada tahun 2004. Saat itu, Beliau bertugas di bagian Wooden Engineering dengan tanggung jawab membuat spesifikasi lem dan spesifikasi painting untuk seluruh basis.



Selama 7 Tahun Bapak Shirasawa di tugaskan di YI sebelum akhirnya Beliau di tugaskan ke YMMA. Saat pertama ditugaskan ke YMMA kesan Bapak Shirasawa cukup mengejutkan dalam arti positif. Beliau melihat bagaimana YMMA mampu merespons permasalahan produksi dengan cepat dan mengambil tindakan yang tepat. Selain itu, kolaborasi lintas departemen juga berjalan dengan baik, hal ini menjadi salah satu nilai positif yang Beliau lihat di YMMA. Tidak hanya itu, hal lain yang menjadi perhatiannya adalah pengembangan sistem ZEVA. Baginya, sistem ini bukan sekadar kegiatan kaizen yang dilakukan karena adanya instruksi, melainkan sebuah cara untuk membangun kesadaran setiap karyawan agar mampu menemukan permasalahan di tempat kerjanya sendiri dan melakukan perbaikan secara mandiri.





Membangun Budaya Perbaikan di Setiap Tempat Kerja

Dalam jangka pendek, Bapak Shirasawa ingin memperkuat YMMA agar mampu bertahan menghadapi berbagai tantangan yang tidak dapat dikendalikan, sekaligus mempersiapkan perusahaan untuk berkembang lebih jauh.

Untuk mewujudkan hal tersebut, Beliau berharap penerapan sistem ZEVA dapat semakin diperluas ke seluruh tempat kerja. Semakin banyak area yang aktif melakukan perbaikan, semakin banyak pula peluang untuk membangun siklus kaizen yang lebih cepat dan berkelanjutan.

Baginya, budaya perbaikan yang kuat dimulai dari kesadaran setiap individu, ketika kebiasaan tersebut tumbuh di seluruh tempat kerja, perusahaan akan memiliki kemampuan yang lebih besar untuk meningkatkan efisiensi, memperkuat proses produksi, dan menghadapi perubahan bisnis.

Jangan Menghindari Hal Baru

Di akhir perbincangan, Bapak Shirasawa menyampaikan pesan kepada seluruh karyawan agar tidak takut menghadapi perubahan. Beliau melihat YMMA memiliki potensi dan kemampuan yang besar untuk berkembang dengan cepat. Namun, potensi tersebut hanya dapat dimaksimalkan apabila seluruh karyawan bersedia belajar, mencoba hal baru, dan beradaptasi dengan perubahan.

"Saya berharap semua karyawan tidak menghindari hal baru. Mungkin pada awalnya terasa seperti tambahan pekerjaan, tetapi saya yakin setiap perubahan memiliki tujuan yang baik bagi perusahaan. Jika dijalankan dengan baik, kita semua bisa mendapatkan manfaat, baik berupa ilmu, pengalaman, maupun cara berpikir yang baru," pesannya. Bagi Bapak Shirasawa, kemampuan untuk terus berkembang tidak hanya ditentukan oleh sistem atau fasilitas yang dimiliki perusahaan, tetapi juga oleh kemauan setiap karyawan untuk membuka diri terhadap perubahan. Dengan semangat belajar dan melakukan perbaikan secara berkelanjutan, Beliau berharap seluruh karyawan dapat bersama-sama memperkuat YMMA dan menjadikannya perusahaan yang semakin tangguh dalam menghadapi tantangan di masa depan.

ANS (HCD)

Disiplin dalam Bekerja, Terus Bertumbuh untuk Masa Depan



Kali ini, Tim YMMA Insight mengajak untuk mengenal lebih dekat sosok bersuara emas yaitu Rizal Fahmi, sang juara Karaoke YMMA. Rizal lahir di Bekasi dan merupakan anak kedua dari tiga bersaudara. Sebelum bergabung dengan YMMA, ia memiliki pengalaman bekerja sebagai waiters di bidang makanan serta pernah bekerja di bidang politik pada Partai Kebangkitan Bangsa sebagai PIC di Bekasi.

Dalam perjalanan pendidikannya, Rizal pernah menjadi anggota OSIS dan saat ini sedang menjadi anggota BEM di salah satu kampus di Cikarang. Di tengah kesibukan bekerja, ia juga tetap menjalani kuliah setiap hari Sabtu dan Minggu. Bagi Rizal, bekerja bukan hanya tentang menyelesaikan tugas, tetapi juga tentang kedisiplinan, ketelitian, dan kontribusi terhadap perusahaan. Hal tersebut tercermin dalam visi dan misi yang ia sampaikan: "Visi saya jika diterima di PT YMMA adalah menjadi karyawan yang disiplin dan andal, yang mampu berkontribusi nyata dalam mempertahankan kualitas alat musik nomor satu di dunia. Untuk mencapainya, misi saya adalah selalu bekerja dengan teliti sesuai SOP, mengutamakan keselamatan kerja, dan siap bekerja sama dengan tim maupun shift demi mencapai target produksi Perusahaan".

Saat ini, Rizal bekerja di section Wood Working, tepatnya di grup Wrapping. Tugasnya meliputi pengaturan lem untuk memastikan ketebalan lem pada proses perekatan PVC, pemotongan dan penghitungan barang, pembuatan laporan produksi, serta pengecekan untuk memastikan tidak ada barang yang NG.

Di balik rutinitas pekerjaan, ada pengalaman menyenangkan yang membuat perjalanan bekerja terasa lebih berkesan. Bagi Rizal, salah satu hal yang menyenangkan selama bekerja di YMMA adalah kebersamaan dengan rekan kerja dan kesempatan untuk menampilkan bakatnya sebagai singer di acara Family Day 2026. Pengalaman tersebut memperlihatkan bahwa lingkungan kerja tidak hanya menjadi tempat untuk menjalankan tanggung jawab, tetapi juga dapat menjadi ruang untuk membangun hubungan yang baik dan menyalurkan potensi diri.

Dalam pandangannya, terdapat empat filosofi YMMA yang menjadi perhatian, yaitu berani mengambil tantangan, menggalakkan ide perbaikan dan Kaizen, memperkuat teamwork dan saling menghargai, serta menyenangi dan bangga terhadap pekerjaan. Contoh realisasi yang ia sampaikan mencakup berbagai tindakan positif, mulai dari mengambil inisiatif menyelesaikan masalah, mempelajari keterampilan baru, mengusulkan digitalisasi dokumen, menyederhanakan alur persetujuan, hingga membangun koordinasi dan saling menghargai dalam tim.

Ia juga menekankan pentingnya menjaga ketelitian dan kualitas pekerjaan meskipun tidak diawasi, mengikuti pelatihan untuk meningkatkan kompetensi, serta mengapresiasi pencapaian tim dan menjaga nama baik perusahaan. Semangat tersebut sejalan dengan motto hidupnya "Kualitas sejati lahir dari ketulusan bekerja dan disiplin tanpa henti".

Sebagai bagian dari perjalanan kariernya, Rizal memiliki cita-cita yang masih ingin diwujudkan. Ia ingin menjadi karyawan tetap di ymma tapi sayang sekali terkendala karena absensi. Meski demikian, harapannya terhadap perusahaan tetap positif. Ia berharap semoga ymma menjadi PT alat musik terbesar sedunia . Harapan tersebut menjadi ungkapan dukungan bagi kemajuan YMMA di masa mendatang.

Di akhir wawancara, Rizal membagikan pesan sederhana yang dapat menjadi bahan refleksi bagi para pembaca "Hidup itu pilihan jadi kalian berhak memilih karena seperti kamu menanam dan hasilnya akan sesuai yang kalian tanam". Pesan ini mengingatkan kita bahwa setiap pilihan dan tindakan memiliki konsekuensi. Dalam pekerjaan maupun kehidupan sehari-hari, kedisiplinan, ketekunan, dan tanggung jawab menjadi bagian penting dari usaha untuk meraih hasil yang diharapkan.

Melalui kisah Rizal Fahmi, kita diajak untuk terus belajar, menjalankan pekerjaan dengan penuh tanggung jawab, serta menjaga hubungan baik dengan sesama rekan kerja. Sebab, setiap langkah kecil yang dilakukan dengan sungguh-sungguh dapat menjadi bagian dari perjalanan menuju masa depan yang lebih baik. Salam Rekan Kita!

LT (HCD)

PERAYAAN YAMAHA DAY 2026





YAMAHA DAY2026

PT YMMA merayakan hari ulang tahun Yamaha yang ke 139 pada hari Jumat tanggal 9 Oktober 2026. Dengan mengusung tema SHALL WE?, perusahaan mengajak seluruh karyawan untuk menghadirkan energi positif dan semangat kebersamaan dalam Yamaha Day 2026 melalui:

- Semangat untuk berpartisipasi aktif
- Antusiasme dalam merayakan kebersamaan
- Keberanian menampilkan talenta terbaik
- Energi positif yang mempererat hubungan antar karyawan

Perayaan Yamaha Day 2026 berlangsung dengan singkat namun meriah selama 45 menit. Bertempat di Dock Level – Area Receiving, di hadiri oleh sekitar 2.300 karyawan dengan acara utama yaitu ceremony dan pertunjukan musik oleh Komunitas Musik YMMA dan Bintang tamu.

Sejak pagi hari sebelum acara berlangsung, kemeriahan sudah terasa dengan penampilan perwakilan supervisor yang tergabung dalam paguyuban Rubi yang menjajal panggung dengan melantunkan 2 lagu dangdut ceria sembari menunggu waktu untuk melakukan senam pagi. Kemudian seluruh karyawan melakukan senam pagi dan afirmasi keselamatan, di pimpin oleh Fariz Saputra dari Komunitas Musik YMMA.

Selesai senam afirmasi keselamatan, acara perayaan langsung di mulai oleh 2 MC keren yaitu M. Soleh dari bagian Maintenance dan Wiji Lestari dari bagian Final Assy. Setelah karyawan dan panitia siap, perayaan diawali dengan ceremony perayaan Yamaha Day 2026 yang dilakukan oleh 12 orang perwakilan karyawan dari semua level jabatan, dengan mengucapkan secara bersama-sama:

Selamat ulang tahun Yamaha yang ke 139
MARI RAYAKAN YAMAHA DAY BERSAMA-SAMA
Kami bangga berkarya bersama Yamaha!

Dan diakhiri dengan menyalakan convetty secara serentak, disambut dengan tepuk tangan meriah oleh seluruh karyawan kemudian langsung disambung dengan menyanyikan Theme Song Yamaha Day 2026 yaitu Can't Take My Eyes Off of You dengan sangat apik oleh 3 orang dari komunitas Musik YMMA, tidak lupa seluruh karyawan juga bernyanyi bersama.



Penampilan selanjutnya adalah penampilan grup band Antarest yang membawakan 2 lagu dari Peterpan yaitu Mimpi yang Sempurna dan Ada apa denganmu. Grup band Antarest adalah pemenang lomba festiva seni YMMA 2026 yang beranggotakan :

1. Penyanyi : Arif Widayat (Bagian WW)
2. Drum : Dwi Andriyanto (Bagian MP)
3. Gitar Melody : Anggih Purwoko (Bagian FA)
4. Gitar rhythm : Fariz Saputra (Bagian FA)
5. Gitar Bass : Haikal (Bagian WW)

Acara dilanjutkan dengan persembahan 2 lagu gembira yaitu lagu Diskoria oleh Crisye dan Pergi pagi pulang pagi oleh armada oleh 4 orang pemenang lomba karaoke – festival Seni YMMA 2026 yaitu

1. Faoziah Widiya Putri (Bagian FA)
2. Maya Septiani (Bagian EP)
3. Putra Anggara Sindu (Bagian WW)
4. Zhul Hilman Al Mubarok (Bagian FA)



Kemudian acara dilanjutkan dengan penampilan bintang tamu spesial, yaitu Eno, drummer band NTRL, yang membawakan tiga lagu andalan NTRL, yakni Musim Berburu, Terbang Tenggelam, dan lagu ikonik Garuda di Dadaku. Penampilan energik tersebut sukses menghidupkan suasana dan mengundang antusiasme seluruh karyawan yang ikut bernyanyi, bertepuk tangan, serta menikmati setiap dentuman irama yang dimainkan.

Sebagai drummer profesional sekaligus artis endorsee Yamaha, Eno menunjukkan kepiawaiannya memainkan drum elektrik Yamaha **DTX**, khususnya seri unggulan **DTX6K5-M**. Dengan teknik permainan yang atraktif, bertenaga, dan penuh improvisasi, Eno menghadirkan performa yang memukau sehingga para karyawan dapat merasakan secara langsung kualitas suara serta respons luar biasa dari produk Yamaha tersebut. Alunan ritme yang dinamis dan solo drum yang memikat beberapa kali mengundang sorak sorai dan tepuk tangan meriah dari seluruh peserta, menjadikan penampilan ini sebagai salah satu momen paling berkesan dalam perayaan Yamaha Day 2026 di PT YMMA













Tidak terasa 45 menit telah berlalu, dan rangkaian acara telah dibawakan dengan meriah. Selain ceremony dan pertunjukan musik, pada perayaan Yamaha Day 2026 ini perusahaan menyediakan properti pendukung acara berupa kipas tangan dan menu makan special untuk seluruh karyawan pada pelayanan makan siang, makan malam dan makan tengah malam. Bagian GA juga menyiapkan 4 spot untuk karyawan bisa berfoto dengan tema Yamaha Day yaitu di area kantin, Main Lobby, Training Centre dan area Produksi.

Demikianlah perayaan Yamaha Day 2026 di PT YMMA. Diharapkan kegiatan ini dapat semakin memperkuat rasa persatuan dan kebersamaan di lingkungan Yamaha Group, serta menumbuhkan rasa memiliki, kecintaan terhadap merek Yamaha, dan kebanggaan menjadi bagian dari perusahaan."

PORSENI

Pekan Olahraga dan Seni
YMMA FY 2026



Dalam rangka memperkuat budaya perusahaan melalui kolaborasi antar departemen serta menciptakan suasana kerja yang lebih positif dan menyenangkan, PT Yamaha Music Manufacturing Asia (YMMA) kembali menyelenggarakan Pekan Olahraga dan Seni (PORSENI) Fiscal Year 2026.

PORSENI merupakan salah satu program Employee Engagement yang menghadirkan berbagai kegiatan olahraga dan seni sebagai sarana untuk meningkatkan partisipasi, kebersamaan, serta kolaborasi antar karyawan.

Kegiatan PORSENI FY 2026 terdiri dari dua agenda utama, yaitu:

1. Festival Seni

Festival Seni menjadi wadah bagi karyawan untuk mengembangkan kreativitas, menyalurkan minat dan bakat di bidang seni, serta mempersiapkan talenta-talenta terbaik YMMA melalui berbagai kategori perlombaan. Pelaksanaan Festival Seni dilaksanakan dengan jadwal sebagai berikut:

- Audisi: 20, 21, 26, 27, dan 28 Agustus 2026 (16.30 - 18.00 WIB)
- Final: 4 September 2026 (16.30 - 18.00 WIB)
- Lokasi: Training Room 1, Gedung 3 - PT YMMA

Jumlah peserta yang mengikuti Festival Seni adalah:

- Karaoke Pop: 32 peserta
- Karaoke Dangdut: 21 peserta
- Band: 2 grup











Para pemenang dari Festival Seni telah mendapatkan kesempatan untuk tampil pada berbagai kegiatan internal perusahaan, di antaranya Yamaha Day 2026 dan Family Day 2026, sebagai bentuk apresiasi sekaligus wadah untuk menunjukkan bakat dan kreativitas mereka kepada seluruh karyawan.

2. Pekan Olahraga (POR)

Pekan Olahraga (POR) diselenggarakan sebagai sarana untuk mempererat kebersamaan, meningkatkan sportivitas, serta mendorong gaya hidup sehat di lingkungan kerja melalui berbagai cabang olahraga.

Kegiatan ini mempertandingkan 7 cabang olahraga untuk kategori putra dan putri, termasuk E-Sport. Seluruh pertandingan dilaksanakan setelah jam kerja selama periode September hingga Oktober 2026.

POR FY 2026 secara resmi dibuka oleh Bapak Nagata pada tanggal 14 September 2026. Dalam sambutannya, beliau menyampaikan apresiasi atas terselenggaranya kembali kegiatan Pekan Olahraga tahun ini serta mengajak seluruh karyawan untuk berpartisipasi aktif, bertanding dengan penuh kegembiraan, menjunjung tinggi sportivitas, dan tidak memaksakan diri hanya demi meraih kemenangan. Pelaksanaan POR melibatkan pengurus dari seluruh komunitas olahraga yang ada di YMMA dengan koordinasi dari bagian Employee Relation. Adapun cabang olahraga yang dipertandingkan meliputi:

1. Futsal
2. Bola Voli
3. Bola Basket
4. Tenis Meja
5. Bulu Tangkis
6. Fun Run
7. E-Sport (Mobile Legends)









Penutupan dan Penghargaan

Secara keseluruhan, rangkaian kegiatan PORSENI FY 2026 berlangsung sesuai jadwal dengan aman, lancar, dan meriah. Selain menjadi ajang kompetisi yang sehat, kegiatan ini juga berhasil mempererat hubungan antarkaryawan dan memperkuat semangat kebersamaan di lingkungan kerja.

Pada akhir kompetisi, Departemen Mechanical Parts berhasil meraih predikat Juara Umum POR FY 2026 dan berhak membawa pulang piala bergilir sebagai simbol pencapaian terbaik tahun ini.

Sebagai bentuk apresiasi atas semangat partisipasi dan prestasi yang telah ditunjukkan para peserta, acara penyerahan hadiah kepada seluruh pemenang dilaksanakan pada 2 November 2026. Melalui penyelenggaraan PORSENI FY 2026, diharapkan semangat sportivitas, kreativitas, kolaborasi, dan kebersamaan yang telah terbangun selama kegiatan dapat terus menjadi bagian dari budaya kerja YMMA dalam mendukung kinerja perusahaan yang lebih baik di masa mendatang.









NA (IR)

Peringatan Maulid Nabi Muhammad SAW di PT YMMA



PT YMMA kembali menyelenggarakan peringatan Maulid Nabi Muhammad SAW pada hari Jumat, 6 November 2026, bertempat di Masjid At-Taqwa, lingkungan PT YMMA.

Peringatan Maulid Nabi Muhammad SAW merupakan wujud rasa syukur dan kebahagiaan atas kelahiran Rasulullah SAW. Selain itu, kegiatan ini menjadi sarana untuk mengenang, mendengarkan, serta meneladani akhlak dan perjuangan Beliau, sekaligus meningkatkan keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT.

Acara diawali dengan pembacaan Maulid dan lantunan shalawat Nabi yang berlangsung khidmat, diiringi oleh Tim Hadroh dari Pondok Pesantren Darul Fuqoha Indonesia, Tambun.

Kegiatan dibuka dengan sambutan Ketua DKM Masjid At-Taqwa PT YMMA, Bapak Miftachus Surur. Dalam sambutannya, Beliau menyampaikan harapan agar pembacaan Maulid Nabi serta kehadiran para guru dan alim ulama pada acara ini dapat membawa keberkahan bagi PT YMMA serta seluruh perusahaan di kawasan MM2100.

Selanjutnya, sambutan disampaikan oleh Presiden Direktur PT YMMA, Bapak Tatsuya Nagata. Dalam sambutannya, Beliau menyampaikan apresiasi kepada seluruh panitia yang telah mempersiapkan acara dengan baik serta kepada seluruh karyawan yang telah meluangkan waktu untuk hadir dan berpartisipasi dalam peringatan Maulid Nabi Muhammad SAW.

















Beliau juga berharap kegiatan ini dapat semakin mempererat tali silaturahmi dan memperkuat rasa kekeluargaan di antara seluruh karyawan. Apresiasi yang tulus turut disampaikan atas dedikasi dan kerja keras seluruh karyawan yang terus memberikan kontribusi terbaik bagi kemajuan perusahaan. Semoga kegiatan ini membawa keberkahan, kebaikan, serta semangat positif dalam kehidupan dan pekerjaan sehari-hari.

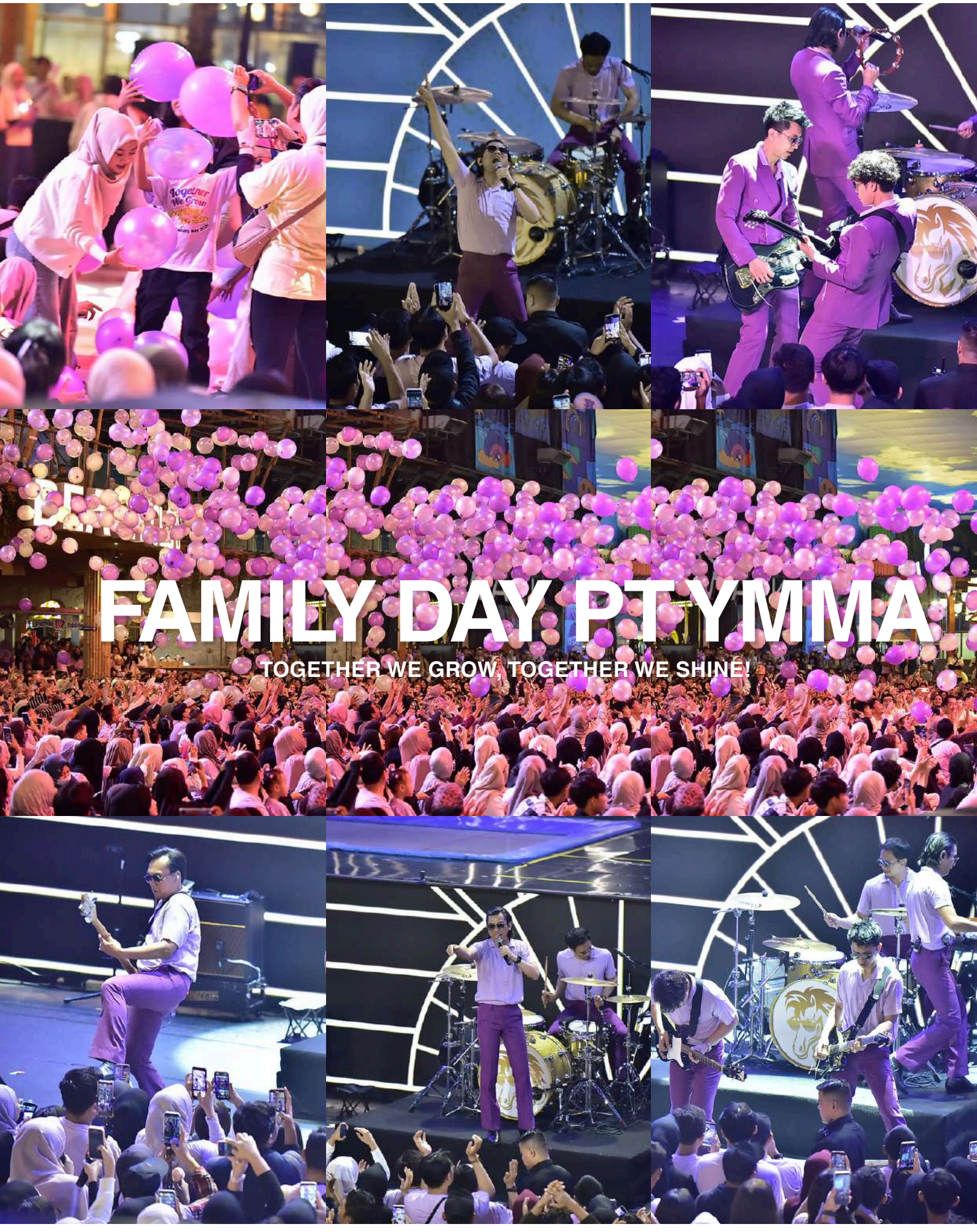
Acara kemudian dilanjutkan dengan tausiah yang disampaikan oleh Habib Muhammad bin Husein Al Habsyi (Solo). Dalam tausiahnya, Beliau mengajak seluruh peserta untuk meneladani akhlak Rasulullah SAW dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam menjalankan pekerjaan. Beliau juga mengingatkan pentingnya mensyukuri nikmat yang diberikan Allah SWT dengan bekerja sebaik-baiknya. Nilai-nilai yang dapat diterapkan di lingkungan kerja antara lain kejujuran, amanah, ketekunan, ketelitian, kerapihan, dan profesionalisme.

Sebagai penutup, tausiah disampaikan oleh Habib Muhammad Bagir Al Habsy. Beliau menyampaikan bahwa pada dasarnya setiap manusia memiliki keinginan untuk menjadi pribadi yang baik. Namun, tantangan yang sesungguhnya adalah menjaga keistiqamahan dalam kebaikan tersebut. Menurut Beliau, salah satu tanda kebaikan adalah ketika Allah SWT menggerakkan seseorang untuk senantiasa melakukan kebaikan. Beliau juga mengajak seluruh peserta untuk aktif menghadiri majelis ilmu serta mengamalkan ilmu yang diperoleh agar memberikan manfaat bagi diri sendiri maupun orang lain.

Setelah pelaksanaan salat Maghrib berjamaah, acara ditutup dengan ramah tamah dan makan malam bersama yang semakin menambah kehangatan kebersamaan di antara para peserta.

Rangkaian peringatan Maulid Nabi Muhammad SAW tahun ini berlangsung dengan khidmat dan penuh kebersamaan. Melalui kegiatan ini, diharapkan nilai-nilai keteladanan Rasulullah SAW dapat semakin tertanam dalam diri setiap karyawan dan tercermin dalam kehidupan sehari-hari maupun di lingkungan kerja. Semoga silaturahmi yang terjalin semakin erat serta membawa keberkahan, semangat positif, dan kebaikan bagi seluruh keluarga besar PT YMMA.

NA (IR)


FAMILY DAY PT YMMA
TOGETHER WE GROW, TOGETHER WE SHINE!





Pada 23 Oktober 2026, sekitar 6.000 karyawan PT YMMA beserta keluarga menghadiri kegiatan tahunan Family Day PT YMMA di Trans Studio Cibubur. Tema yang diusung panitia tahun ini adalah **"Together we grow, Together we shine"**.

Acara dimulai pukul 08.00, dimulai dengan Opening Ceremony dari tim YMMA dan Trans Studio Cibubur, yang dilanjut dengan pembacaan doa oleh Bapak Miftachus Surur (Wood Working), lalu dilanjutkan dengan speech pembukaan dari ketua kegiatan Family Day PT YMMA 2026, Ibu Kadiyanti Padang (Export Import) dan Bapak Tatsuya Nagata selaku presiden direktur PT YMMA.

Stage performance diawali dengan performance oleh BOD Lokal (Voice of BOD), di sini Bapak Lili Gunawan, Bapak Wing Windradi, Bapak Rudi Rianto, Bapak Ferry Krisanto, dan Ibu Retna Setyaningsih menyanyikan lagu "Ini Rindu" & "Yang Penting Happy" sambil diiringi oleh YMMA singer dan panitia acara Family Day 2026.

Selanjutnya, panggung utama diisi dengan performance oleh Japanese Band, yang terdiri dari BOD Jepang, yaitu Bapak Tatsuya Nagata, Bapak Junpei Tokumoto, Bapak Koyo Shirasawa, Bapak Shohei Nagata, Bapak Hiroyuki Kobayashi, Bapak Masaki Fujikawa, Bapak Takahiro Senda, dan Bapak Kentaro Kamada. Mereka membawakan lagu "Bluebird" & "Mars ZEVA".

Setelah performance dari BOD Jepang, kali ini giliran Collaboration Band YMMA dengan BOD Jepang yang menampilkan performance dengan membawakan lagu "1 Bulan", "Sedia aku sebelum hujan" & "Penyangkalan".

Selain performance yang ditampilkan, PT YMMA juga menyelenggarakan games dengan hadiah-hadiah menarik, dan juga memberikan doorprize kepada karyawan yang beruntung! Doorprize yang diberikan pun cukup beragam mulai dari voucher belanja, kipas angin, Smart TV, dll.















Acara panggung dilanjut dengan performance dari YMMA singer yang membawakan lagu "Cari Jodoh", "Pikir Keri" dan "Pelanggaran". Setelah itu giliran "YMMA Band" yang melakukan performance dengan membawakan lagu "Salam Rindu", "Kamu Gak Sendirian" dan "Genit".

Puncak acara Family Day 2026 ditandai dan ditutup dengan penampilan dari Guest Star Family Day tahun ini yaitu THE CHANGCUTERS yang membawakan lagu hits di antaranya "Hijrah ke London", "Main Serong" dan "I love U Bibeh". Karyawan bergembira dan bernyanyi bersama sepanjang penampilan dari THE CHANGCUTERS.

Semoga kegiatan Family Day tahun 2026 ini pun mampu memberikan semangat baru dalam bekerja dan meningkatkan hubungan yang harmonis antara karyawan, keluarga dan management untuk menjaga keberlangsungan dan keberadaan YMMA. Semoga kita selalu diberikan kesehatan dan kemampuan untuk bisa terus menjalani hari demi hari dengan penuh semangat! Sampai jumpa di kegiatan Family Day tahun berikutnya!



NA (IR)



ALA CHEF

RESEP MENU SEHAT

Membuat menu sehat di rumah sebenarnya sangat mudah, praktis, dan bisa menggunakan bahan-bahan lokal yang terjangkau. Kunci dari makanan sehat adalah keseimbangan nutrisi antara protein, serat dari sayuran, serta membatasi penggunaan gula dan minyak berlebih. Yuk, mulai hidup sehat dari piringmu hari ini dengan mencoba resep menu bergizi ini!

1.Resep Salad Roll Vietnam



Bahan-bahan:

1. Kulit pembungkus: rice paper secukupnya

2. Sayuran segar:
   - 10 lembar daun selada (opsional: selada romaine)
   - 1 buah wortel : diiris memanjang seperti korek api
   - 1 buah Timun: buang bijinya, diiris memanjang seperti korek api
   - 1 buah baby kol ungu
   - ½ buah jagung, pipil dan rebus 10 menit
   - 1 keping bihun atau soun: seduh dengan air panas hingga lunak, lalu tiriskan

3. Protein pilihan (pilih salah satu atau kombinasi):
   - Udang rebus: dibelah dua memanjang
   - ½ buah dada ayam: direbus atau dipanggang, lalu disuwir
   - Telur dadar atau crab stick: diiris tipis seperti mie

4. Bumbu:
   - ½ sdt garam
   - ½ sdt lada bubuk
   - 1 sdt air jeruk limau

5. Saus cocolan: Wijen Sangrai atau Mayonaise atau Thousand Island

Cara Membuat:

1. Bersihkan dada ayam, potong tipis memanjang.
2. Bumbui dengan garam, lada, dan air jeruk limau.
3. Aduk rata, diamkan 10 menit.
4. Panggang di Teflon hingga kuning keemasan.
5. Angkat dan sisihkan.
6. Siapkan sayuran:
   a. Iris tipis kol ungu, cuci dan cuci bersih
   b. Cuci selada
   c. Kupas timun, buang bijinya, dan iris korek api
   d. Tiriskan wortel dan jagung yang sudah direbus
7. Siapkan semua bahan, ambil selembar rice paper, tata selada, timun, wortel, kol ungu, jagung, dan dada ayam atau protein lainnya, lipat dan gulung. Jika rice paper sobek, gulung kembali dengan rice paper lain (2 lapis).
8. Setelah semua selesai, potong menjadi 2 bagian diagonal atau sesuai selera.
9. Sajikan dengan saus wijen sangrai / mayonnaise / thousand island.



1.Resep Martabak Telur Rice Paper Rendah Kalori



Bahan-bahan:

- 4 lembar rice paper
- 1 butir telur ayam (untuk oles rice paper)
- Secukupnya minyak goreng
- 3 butir telur ayam
- 2 buah tahu
- 1 buah jagung rebus, pipil
- 2 batang daun bawang
- ½ sdt garam
- ½ sdt lada putih
- ½ sdt kaldu ayam instan

Pelengkap:

- Acar timun dan wortel
- Saus sambal botol



Cara Membuat:

1. Taruh dalam mangkuk: tahu, 3 butir telur ayam, daun bawang, lalu aduk sampai tahu hancur dan telur tercampur rata.
2. Tambahkan jagung rebus pipil, garam, lada putih, dan kaldu ayam instan bubuk. Aduk kembali. Ini menjadi bahan isian martabak nantinya.
3. Ambil 1 lembar rice paper, olesi permukaannya (bolak-balik) dengan kocokan 1 butir telur.
4. Taruh 2 sdm bahan isian tadi ke atas rice paper.
5. Lipat rice paper dari bawah ke tengah dan dari samping kiri dan samping kanan ke tengah lalu gulung ke atas seperti bentuk amplop.
6. Tuang 2 sdm minyak goreng ke dalam wajan teflon dan panaskan saat melipat martabak.
7. Goreng martabak satu per satu.
8. Segera setelah diisi dan dilipat, masukkan martabak rice paper ke dalam wajan.
9. Goreng hingga kedua sisinya kuning keemasan dan matang lalu angkat.
10. Lakukan hal yang sama pada sisa bahan isian.
11. Setelah ditiriskan minyaknya, pindahkan dalam piring. Sajikan dengan acar timun-wortel dan saus sambal botol.

Tips: Menggoreng martabak segera setelah diisi dan dilipat membantu mencegah kulit rice paper lengket di piring.





Sumber : cookpad.com

VK (HCD)



IDE BISNIS PRODUK HANDMADE YANG MUDAH DAN MENGUNTUNGKAN

Usaha kerajinan tangan menjadi salah satu ide bisnis yang bisa dilakukan, terutama jika memiliki jiwa kreativitas tinggi. Dapat dibilang, beberapa jenis usaha ini tidak membutuhkan modal tinggi dan bisa dilakukan dari mana saja. Ide membuat berbagai macam produk kerajinan tangan yang bervariasi, mulai dari aksesoris lucu, rajutan dan masih banyak lagi. Jika bingung produk apa yang ingin dipasarkan untuk memulai usaha kerajinan tangan, yuk langsung cek beberapa ide usaha di bawah ini.

1. LILIN AROMATHERAPY



Produk pertama yang dapat dijual adalah lilin aromatherapy. Ada banyak sekali peminat lilin ini karena manfaatnya. Biasanya lilin aromatherapy digunakan untuk memberikan wangi yang menenangkan ke seluruh ruangan. Anda dapat mencari cara membuatnya di internet dan mencoba mengkreasikan lilin aromatherapy dalam berbagai bentuk.

2. HAMPERS



Bisnis hampers juga dapat dipilih, ketika hari besar, banyak sekali orang yang mencari hampers untuk diberikan kepada kerabat dan kolega. Anda bisa mengkreasikan hampers dengan berbagai warna menyesuaikan permintaan pelanggan. Selain itu, isi dari hampers juga bisa ikut menyesuaikan budget yang pelanggan miliki.

3. BUKET BUNGA



Bisnis buket bunga juga cukup diminati. Permintaan buket bunga biasanya meningkat ketika wisuda ataupun hari besar lain. Anda dapat membuat buket bunga dari berbagai jenis bunga menyesuaikan keinginan pelanggan. Untuk menambah variasi, Anda bisa mencoba menggabungkan buket bunga.

4. KREASI FELT WOOL



Kreasi felt wool juga banyak digemari. Biasanya barang yang dijual berupa boneka berbagai bentuk. Kerajinan tangan felt wool juga cukup unik karena cara membuatnya yang ditusuk-tusukkan hingga padat dan dibentuk sedemikian rupa sehingga menjadi boneka lembut dan lucu. Untuk menambah kepopuleran bisnis, coba buat boneka dengan karakter terkenal yang menjadi daya tarik untuk anak-anak. Jangan lupa untuk memasarkannya melalui media sosial.

5. AKSESORIS



Anda juga bisa menjual berbagai jenis kreasi aksesoris seperti cincin, kalung, gelang ataupun anting. Semakin indah dan unik aksesoris tersebut maka semakin besar kemungkinan produk Anda akan melejit di pasar. Buatlah aksesoris dengan berbagai bentuk, ukuran, dan material untuk menambah variasi. Jangan ragu untuk mencari inspirasi aksesoris yang sedang trend.

6. PRODUK RAJUT



Anda juga bisa menjual berbagai jenis kreasi aksesoris seperti cincin, kalung, gelang ataupun anting. Semakin indah dan unik aksesoris tersebut maka semakin besar kemungkinan produk Anda akan melejit di pasar. Buatlah aksesoris dengan berbagai bentuk, ukuran, dan material untuk menambah variasi. Jangan ragu untuk mencari inspirasi aksesoris yang sedang trend.

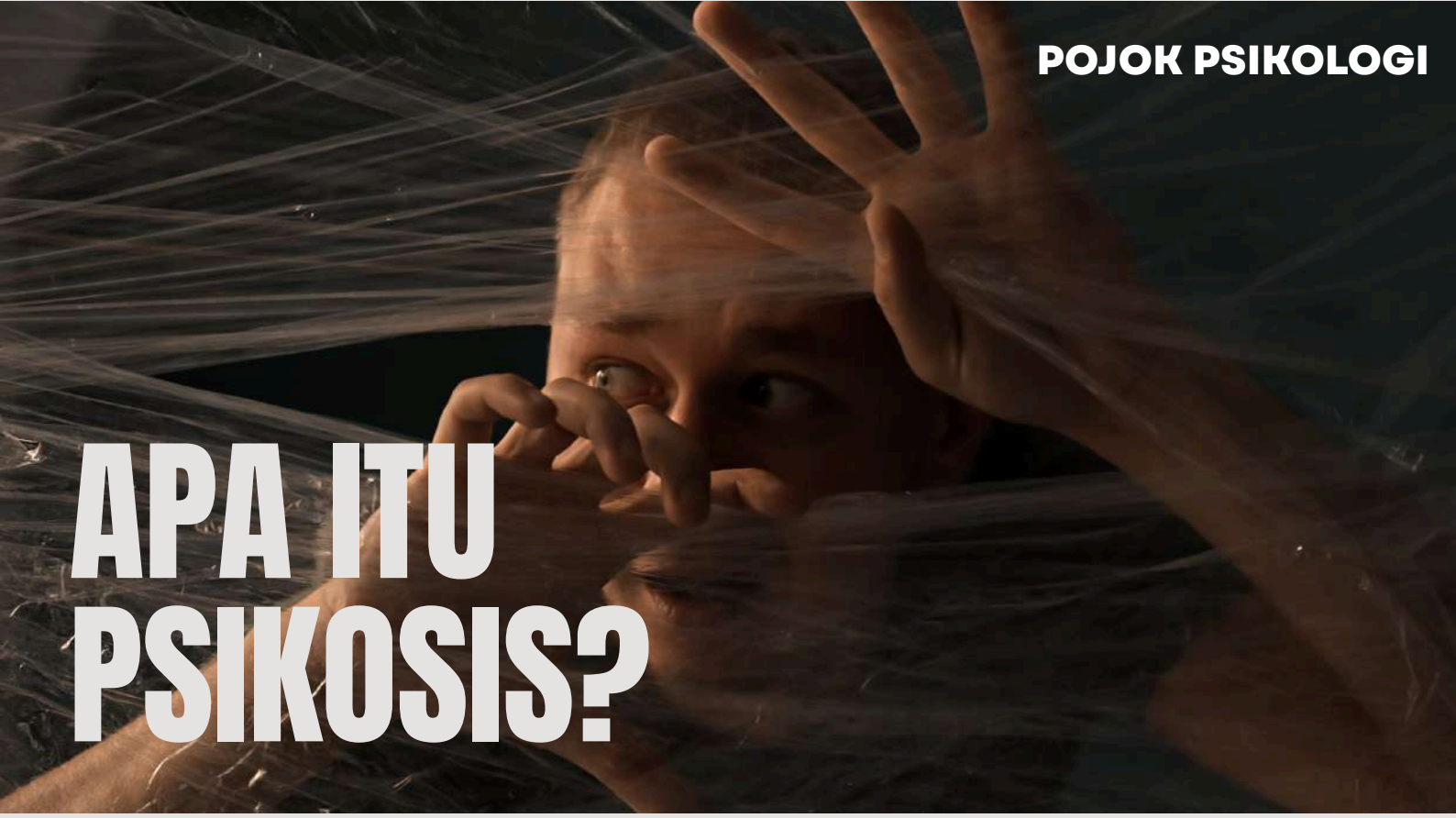
7. LUKISAN



Jika memiliki kemampuan membuat lukisan yang indah, Anda dapat menjadikannya sebagai peluang bisnis kerajinan tangan. Meskipun target pasar lukisan tak sebanyak bisnis lain, tetapi harga untuk setiap lukisan orisinal cukup tinggi. Biasanya, konsumen yang tertarik dengan lukisan akan membeli dan memajangnya di rumah, perkantoran maupun restoran. Selain itu, lukisan juga dapat menjadi ide untuk hadiah orang terdekat.

Sumber : bfi.co.id, lalamove.com

AP (HCD)



APA ITU PSIKOSIS?

Psikosis adalah kondisi yang membuat seseorang tidak dapat membedakan antara imajinasi dan hal nyata. Kondisi ini biasanya ditandai dengan munculnya gangguan delusi (waham) dan halusinasi sehingga dapat mengganggu cara berpikir dan perilaku seseorang. Psikosis adalah istilah yang merujuk ketika seseorang mengalami gangguan delusi dan halusinasi. Kondisi ini dapat menyebabkan seseorang kesulitan untuk membedakan kenyataan dan imajinasi. Selain itu, psikosis juga dapat membuat penderitanya berbicara tidak masuk akal serta berperilaku tidak sesuai dengan suatu kondisi yang sedang terjadi.

Perbedaan Psikosis dan Skizofrenia

Kondisi psikosis sering kali dikaitkan dengan gangguan kejiwaan skizofrenia. Sebagai catatan, skizofrenia adalah gangguan mental berat dan kronis yang menyebabkan penderitanya mengalami halusinasi dan depresi, sehingga memengaruhi tingkah laku, emosi, dan kemampuan berpikir.

Seseorang dapat didiagnosis menderita gangguan skizofrenia jika telah mengalami kondisi psikosis selama lebih dari enam bulan berturut-turut.



Penyebab Psikosis

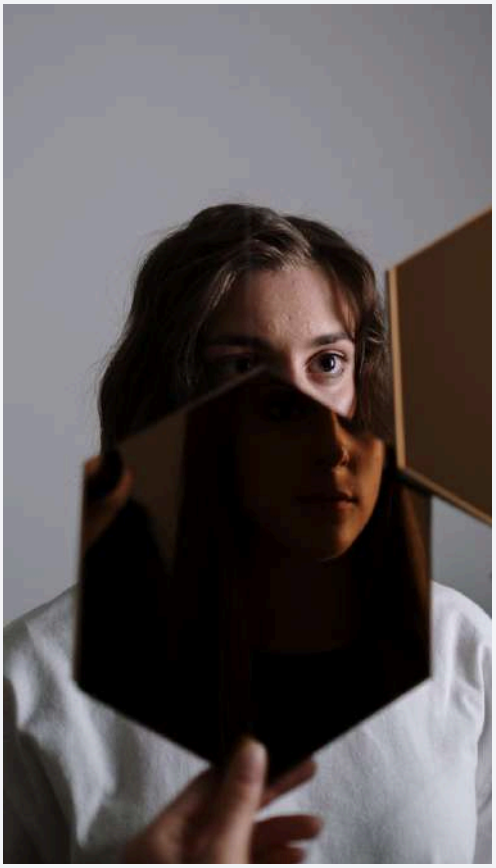
Seperti yang telah dijelaskan di atas, psikosis adalah salah satu gejala gangguan mental. Kondisi ini juga dikenal dengan istilah episode psikotik. Belum diketahui secara pasti apa penyebab dari munculnya psikosis. Namun, sejumlah kondisi yang dapat memicu terjadinya psikosis adalah sebagai berikut.

- Gangguan mental, seperti gangguan skizofrenia, gangguan bipolar, depresi berat, dan gangguan delusi. Efek samping dari penggunaan obat-obatan tertentu, seperti obat antikejang, steroid, dan kemoterapi.
- Cedera otak, Mengidap penyakit tertentu yang dapat memicu gangguan di otak, seperti HIV/AIDS, penyakit Parkinson, penyakit Alzheimer, stroke, tumor otak, malaria, multiple sclerosis, epilepsi, dan lain sebagainy
- Faktor penyebab/Pemicu, Memiliki anggota keluarga dengan riwayat psikosis atau masalah mental lainnya, Penyalahgunaan NAPZA, Kecanduan minuman beralkohol.
- Mengalami kejadian traumatis, seperti pelecehan seksual, kekerasan dalam rumah tangga, kehilangan orang terdekat, dan lain sebagainya.
- Pernah atau sedang menjalani pengobatan dalam jangka waktu panjang, seperti kemoterapi, rehabilitasi dll.

Gejala Psikosis

Gejala utama psikosis adalah halusinasi dan delusi yang dapat berkembang seiring dengan berjalannya waktu. Pada dasarnya, gejala delusi cenderung berbeda-beda tergantung pada jenisnya, yaitu:

- Erotomania, yaitu jenis gangguan delusi yang menimbulkan keyakinan pada penderitanya bahwa terdapat seseorang yang sedang jatuh cinta padanya.
- Waham cemburu, yaitu jenis gangguan delusi yang ditandai dengan perasaan curiga dan mengira pasangannya tidak setia meski tanpa disertai bukti yang jelas.
- Waham kebesaran, yaitu jenis gangguan delusi yang ditandai dengan keyakinan bahwa mereka merupakan seseorang yang berkuasa, pandai, berbakat, dan memiliki kedudukan tinggi.
- Waham kejar (persecutory), yaitu jenis gangguan delusi yang ditandai dengan keyakinan bahwa ada orang yang berusaha mencelakai atau menyakitinya.
- Waham bizzare, yaitu jenis gangguan delusi yang membuat penderitanya meyakini hal-hal tidak masuk akal. Misalnya, meyakini ada alien yang menanamkan semacam elektrode atau penghantar listrik ke dalam otaknya.
- Waham somatik, yaitu jenis gangguan delusi yang membuat seseorang memiliki keyakinan jika mereka sedang menderita penyakit tertentu atau memiliki cacat fisik.
- Waham campuran, yaitu jenis gangguan delusi yang membuat seseorang mengalami lebih dari satu jenis delusi.



Di sisi lain, penderita yang mengalami gangguan halusinasi cenderung mengalami gangguan persepsi yang membuatnya melihat, merasakan, mendengar, atau mencium aroma yang sebenarnya tidak ada.

Selain gejala-gejala halusinasi dan delusi di atas, sejumlah gejala lain yang dapat muncul saat seseorang mengalami psikosis adalah:

- Gangguan suasana hati, seperti mood swing atau depresi.
- Gangguan dalam berinteraksi sosial dengan orang lain.
- Tidak bersemangat.
- Mengalami penurunan nafsu makan.
- Berbicara melantur.
- Linglung.
- Gangguan tidur.
- Cemas dan gelisah.
- Sulit berkonsentrasi atau memusatkan fokus.
- Memiliki keinginan untuk menyakiti diri (self harm) atau bahkan bunuh diri.
- Komplikasi psikosis.



Apabila tidak segera ditangani dengan tepat, psikosis dapat membuat penderitanya cenderung melakukan sesuatu dengan ceroboh, sehingga bisa membahayakan diri sendiri dan orang lain. Beberapa contohnya seperti mengonsumsi minuman beralkohol secara berlebihan, menyalahgunakan NAPZA, atau menyakiti orang lain karena mendengarkan bisikan yang menyuruhnya demikian.



Diagnosis Psikosis

Dalam proses penegakan diagnosis,pertama-tama dokter akan melakukan wawancara medis (anamnesis) dengan pasien, keluarga pasien, atau orang terdekat pasien untuk mengetahui gejala yang muncul, serta riwayat kesehatan pasien dan keluarga secara keseluruhan.

Kemudian, dokter akan melakukan pemeriksaan fisik dan evaluasi kepribadian pasien, termasuk perilaku, pola pikir, serta bagaimana cara mereka menghadapi suatu masalah. Selain itu, terdapat sejumlah pemeriksaan penunjang yang umum dilakukan dokter untuk mengetahui penyebab yang mendasari psikosis, di antaranya sebagai berikut.

Tes darah untuk mengetahui apakah keluhan pasien disebabkan oleh suatu penyakit tertentu, penyalahgunaan NAPZA, atau kecanduan alkohol. CT scan atau MRI untuk memeriksa kondisi otak yang mungkin berkaitan dengan penyebab munculnya psikosis. Electroencephalogram (EEG) untuk mengevaluasi aktivitas listrik di dalam otak.

Pengobatan Psikosis

Pengobatan psikosis bertujuan untuk mencegah perburukan kondisi dan meminimalkan risiko terjadinya komplikasi. Adapun sejumlah metode pengobatan yang dapat dilakukan untuk menangani psikosis adalah:

- Pemberian Obat-obatan, Dokter dapat memberikan obat-obatan tertentu, terutama obat antipsikotik untuk membantu meringankan gejala delusi dan halusinasi pada penderita gangguan psikosis. Obat ini bekerja dengan cara menyeimbangkan neurotransmitter atau senyawa kimia di dalam otak, terutama hormon dopamin. Selain itu, dokter juga dapat memberikan obat antidepresan atau antimania untuk meredakan depresi dan mania yang kerap dialami oleh pengidap psikosis.
- Psikoterapi, Bersamaan dengan mengonsumsi obat-obatan, dokter juga menyarankan penderita psikosis untuk menjalani terapi psikologis atau psikoterapi guna membantu mengendalikan gejala. Tujuan utama dilakukannya psikoterapi adalah untuk mengubah perilaku dan pola pikir, sekaligus mengurangi rasa cemas yang dialami pasien. Beberapa metode psikoterapi yang umum dilakukan untuk menangani gangguan psikosis adalah sebagai berikut: Terapi perilaku kognitif, terapi keluarga,terapi peningkatan kognitif,terapi grup.
- Perawatan khusus terkoordinasi, dengan mengombinasikan beberapa metode pengobatan, seperti pemberian obat-obatan, psikoterapi, dan dukungan pada pasien untuk melanjutkan pendidikan atau pekerjaan.

Pencegahan Psikosis

Psikosis kondisi yang cenderung sulit dicegah. Kendati demikian, terdapat sejumlah cara yang bisa dilakukan untuk meminimalkan risiko terjadinya kondisi tersebut, di antaranya sebagai berikut.

- Segera mengobati penyakit yang dapat memicu terjadinya psikosis.
- Berhenti merokok dan membatasi konsumsi minuman beralkohol.
- Tidak menyalahgunakan NAPZA.
- Berbagi cerita dengan kerabat, teman, atau psikolog jika mengalami hal-hal yang menimbulkan rasa cemas atau trauma.
- Rutin berolahraga.
- Melakukan teknik relaksasi secara rutin untuk mengelola stres, seperti bermeditasi, melakukan hobi, berendam dengan air hangat, atau mendengarkan musik.
- Istirahat dan tidur yang cukup.

Psikosis adalah gangguan mental yang perlu segera ditangani dengan tepat agar tidak memengaruhi kualitas hidup penderitanya. Jika memiliki keluhan yang berhubungan dengan gangguan mental, segera lakukan konseling dengan psikolog atau psikiater melalui layanan Telekonsultasi.

Ingatlah bahwa kesehatan mental merupakan bagian dari keselamatan dan produktivitas kerja. Ketika merasa lelah, tertekan, atau membutuhkan bantuan, jangan ragu untuk berbicara. Saling mendukung adalah kekuatan kita untuk terus maju dan mencapai tujuan bersama.

Sumber : siloamhospitals.com

WN (HCD)

HIMBAUAN

PEMBAHARUAN DATA PRIBADI KARYAWAN

Dalam rangka menjaga keakuratan dan ketertiban administrasi, kami menghimbau seluruh karyawan untuk:

Melakukan update data pribadi sesuai dengan kondisi aktual

Data yang perlu diperhatikan:

- Alamat domisili
- Nomor kontak
- Status keluarga
- Data pribadi lainnya yang relevan

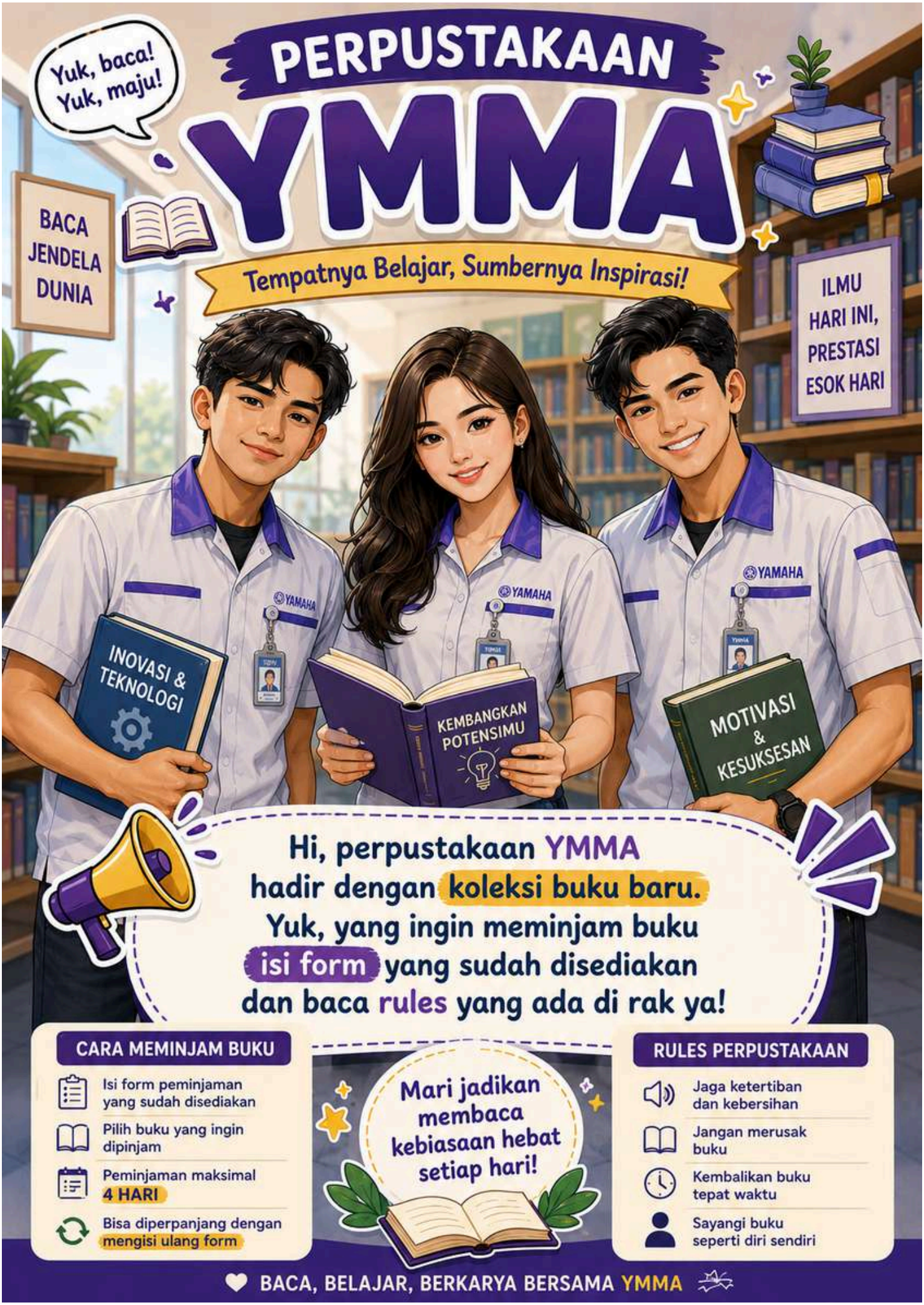
Segera lakukan pembaharuan apabila terdapat perubahan data.

Anda dapat melakukan pengecekan data pribadi Anda di HCDku.

Kerja sama Anda sangat kami harapkan demi kelancaran administrasi bersama.

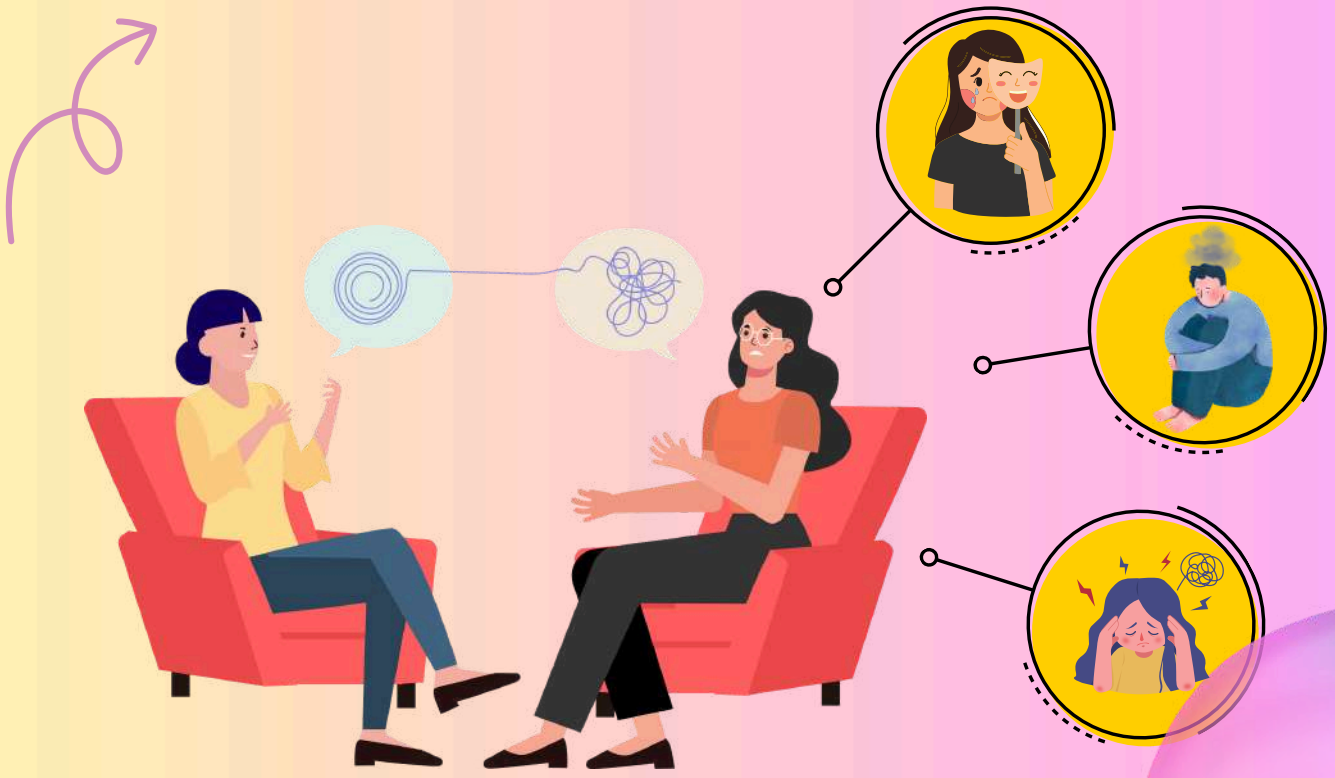


Human Capital Development


Yuk, baca!
Yuk, maju!
PERPUSTAKAAN
YMMA
Tempatnya Belajar, Sumbernya Inspirasi!
BACA JENDELA DUNIA
ILMU HARI INI, PRESTASI ESOK HARI
INOVASI & TEKNOLOGI
KEMBANGKAN POTENSIMU
MOTIVASI & KESUKSESAN
YAMAHA
Hi, perpustakaan YMMA hadir dengan koleksi buku baru. Yuk, yang ingin meminjam buku isi form yang sudah disediakan dan baca rules yang ada di rak ya!
CARA MEMINJAM BUKU
Isi form peminjaman yang sudah disediakan
Pilih buku yang ingin dipinjam
Peminjaman maksimal 4 HARI
Bisa diperpanjang dengan mengisi ulang form
Mari jadikan membaca kebiasaan hebat setiap hari!
RULES PERPUSTAKAAN
Jaga ketertiban dan kebersihan
Jangan merusak buku
Kembalikan buku tepat waktu
Sayangi buku seperti diri sendiri
BACA, BELAJAR, BERKARYA BERSAMA YMMA

Meminta Bantuan Itu Boleh

Bicaralah dengan psikolog kami



Jangan biarkan beban menumpuk sendirian. Kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik.

Gratis konsultasi kesehatan mental. Privasi Anda prioritas bagi Kami!

Silahkan menghubungi nomor di bawah
untuk mendaftar sesi konsultasi

0878-7500-1600

Human Capital Development

BE OUR TEAM



Hai buat kamu semua yang punya hobi bikin puisi, cerpen, komik/karikatur, artikel traveling, review makanan dll bisa menyalurkan bakat kamu dengan mengirimkan hasil karyamu ke tim kontributor YMMA Insight. Artikel tidak boleh mengandung unsur SARA. Hasil karya kamu akan di muat di YMMA Insight dan bisa dinikmati oleh banyak orang. So tunggu apalagi, segera kirimkan karya-karyamu!

Kirimkan hasil karyamu berupa softfile/hardfile ke email aprilia.widya.sari@music.yamaha.com atau bisa menyerahkan langsung ke Office Training Center