



DOI: <https://doi.org/10.32492/idea.v9i1.9114>

Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Dewasa Awal Yang Statusnya Sudah Bekerja

Rahmah Putri Puspitasari¹, Wardatul Mufidah², Nurfaizah Erma³, Nursanti⁴,

^{*123}Universitas Darul Ulum Jombang. Indonesia

¹rahmahputri2604@gmail.com, ²wardatulmufidah888@gmail.com,
³faizah210298@gmail.com ⁴nursantierma@gmail.com

Article Info

Article history:

Received February 3^{to},
2025

Revised February 26^{we},
2025

Accepted March 10^{mo}, 2025

Keyword: *self control,
consumer behavior*

ABSTRACT

This research aims to determine the relationship between self control and consumer behavior in early adults who are already working. This research involved early adults whose status is already working are 60 people aged 20-30 years old. The data collection technique was carried out online using Google Form using purposive random sampling technique. The method used for data analysis is Karl Pearson Product Moment correlation. The analysis results show a correlation coefficient of $r_{xy} = -0.703$ with Sig. 0.000 ($p < 0.05$). The hypothesis in this research is accepted by the existence of a significant negative relationship between self-control and consumer behavior.

Copyright © 2025 Jurnal IDEA.

All rights reserved.

Corresponding Author:

Rahmah Putri Puspitasari

Universitas Darul Ulum Jombang

Jl. Gus Dur No. 29A, Mojongapit Jombang

Email: rahmahputri2604@gmail.com

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengendalian diri dan pengendalian diri dengan perilaku konsumen pada orang dewasa awal yang sudah bekerja. Penelitian ini melibatkan orang dewasa awal yang berstatus sudah bekerja sebanyak 60 orang dengan rentang usia 20-30 tahun. Teknik pengumpulan data dilakukan secara online menggunakan Google Form dengan menggunakan teknik purposive random sampling. Metode yang digunakan untuk analisis data adalah korelasi Product Moment Karl Pearson. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi $r_{xy} = -0,703$ dengan Sig. 0,000 ($p < 0,05$). Hipotesis dalam penelitian ini diterima dengan adanya hubungan negatif yang signifikan antara pengendalian diri dengan perilaku konsumen.

Kata Kunci : kontrol diri, perilaku konsumtif

Pendahuluan

Membeli barang atau jasa tidak lepas dari kehidupan manusia di era globalisasi saat ini. Dimana manusia sebagai makhluk hidup yang memiliki banyak kebutuhan sehari-hari.

Menurut Mangkunegara (2005), kebutuhan dapat didefinisikan sebagai suatu kesenjangan atau pertentangan yang dialami antara suatu kenyataan dengan dorongan yang ada dalam diri, dan manusia tidak lepas dari kegiatan konsumsi untuk memenuhi kebutuhan tersebut.

Konsumsi, menurut Samuelson dan Nordhaus (1995), adalah pengeluaran untuk pembelian barang-barang dan jasa akhir guna mencapai kepuasan atau memenuhi kebutuhan. Misalnya dengan mengonsumsi pakaian, makanan, minuman, menggunakan kendaraan dan sebagainya. Seiring berjalannya waktu, kegiatan konsumsi ini tidak lagi dilakukan hanya untuk memenuhi kebutuhan inti tetapi juga untuk memenuhi kepuasan pribadi. Menurut Lestari (2018), orang selalu mencari kepuasan dengan membeli barang yang tidak mereka butuhkan melainkan untuk memenuhi keinginan mereka. Fenomena ini disebut dengan istilah "perilaku konsumtif".

Perilaku konsumtif didefinisikan sebagai, ketika seseorang membeli atau menggunakan barang atau jasa hanya untuk memenuhi kebutuhan pribadi tanpa mempertimbangkan manfaatnya. Menurut Erich Fromm (dalam Nanda, 2016), perilaku konsumtif didefinisikan sebagai ketika seseorang membeli banyak barang dalam upaya untuk mendapatkan kesenangan dan kebahagiaan yang tidak pasti atau semu. Fromm juga mengatakan bahwa apabila seseorang memiliki barang yang tidak sesuai dengan kebutuhan mereka atau hanya yang mereka inginkan, mereka dikatakan konsumtif. Kotler (2021) mendefinisikan perilaku konsumtif ialah ketika seseorang mengonsumsi, menggunakan, atau memakai sesuatu hanya untuk memenuhi hasrat daripada karena membutuhkannya. Menurut Sumartono (2002), perilaku konsumtif adalah ketika seseorang membeli produk dari merek lain dengan produk yang belum habis yang memiliki kegunaan yang sama. Salah satu jenis perilaku yang muncul tanpa dipengaruhi oleh pertimbangan irasional adalah perilaku konsumtif (Coleman et al., 2011). Ini dapat menyebabkan seseorang memiliki kecenderungan untuk mengonsumsi dan membeli barang tanpa batas serta meningkatkan keinginan untuk memenuhi kebutuhan yang mewah dan berlebihan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Boru, Lerk & Keraf (2021), ada korelasi antara kontrol diri dan perilaku konsumtif. Orang yang memiliki kontrol diri yang kuat akan memiliki kemampuan untuk mengontrol bagaimana mereka bertindak agar tidak menjadi konsumtif. Sebaliknya, orang yang tidak memiliki kontrol diri yang baik cenderung berperilaku konsumtif. Kemampuan seseorang untuk mengendalikan tingkah laku mereka sendiri, atau menghentikan dan menghentikan keinginan mereka, didefinisikan sebagai kontrol diri, menurut Chaplin (2008). Kontrol diri, di sisi lain, didefinisikan sebagai kemampuan untuk menghentikan kesenangan naluri langsung serta keputusan untuk mencapai tujuan masa depan yang biasanya dinilai secara sosial, menurut Harre dan Lamb (dalam Widyasari dan Fridari, 2013). Selain itu, kontrol diri dapat berdampak positif pada kehidupan seseorang, menurut Tangney, Baumeister, dan Boone (2004). Averill (Kusumadewi, 2012) mengatakan kontrol diri adalah variabel psikologis yang mencakup kemampuan seseorang untuk mengubah perilakunya, kemampuan mereka untuk mengelola informasi yang tidak penting atau penting, dan kemampuan mereka untuk memilih tindakan yang mereka anggap benar. Namun, Munandar (2006) menyatakan bahwa kontrol diri berarti kemampuan seseorang untuk mengontrol tingkah lakunya sendiri, yang merupakan salah satu sifat kepribadian yang memengaruhi keputusan seseorang untuk membeli atau menggunakan barang dan jasa.

Dalam konteks perilaku konsumtif, kontrol diri berperan penting dalam membantu individu untuk membeli dan menggunakan barang serta jasa secara bijaksana, sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan finansial mereka. Ketika seseorang memiliki kontrol diri, mereka akan lebih mampu mengarahkan dan mengatur diri mereka sendiri, yang pada gilirannya akan mengarah pada hasil yang positif (Shohibullana, 2014). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Istiqomah (Aisyiyah & Suprpti 2021) pada mahasiswa baru yang tinggal di pondok pesantren, mengungkapkan bahwa terdapat korelasi positif antara *mindfulness* dengan

kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang berarti semakin tinggi *mindfulness* maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada individu. Sementara menurut Baer, et al (Savitri & Listiyandini, 2017) *mindfulness* memiliki hubungan yang positif terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Melalui *mindfulness* individu dapat melihat setiap permasalahan yang dihadapi dengan obyektif dan sadar terhadap apa yang dirasakan serta apa yang dialami sehingga mampu membentuk individu untuk dapat mencapai kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang baik.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif korelasi dengan analisis uji korelasi *Pearson*. Populasi pada penelitian ini adalah Populasi dalam penelitian ini adalah dewasa awal (Dewasa Dini) yang berusia 20 sampai 30 tahun. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sesuai dengan kriteria yaitu wanita, usia 20 sampai 30 tahun, status sudah bekerja. Kemudian diambil dan ditentukan secara acara atau random sebanyak 60 responden.

Skala Perilaku Konsumtif yang disusun oleh peneliti mengacu pada aspek-aspek dari teori Erich Fromm dan Kotler yang dirumuskan oleh Lina dan Rosyid (dalam Nanda 2016), sebagai berikut :

- 1) Aspek Pembelian Implusif
- 2) Aspek Pembelian Tidak Rasional
- 3) Aspek Pembelian Boros atau berlebihan.

Penelitian ini adalah penelitian korelasi yaitu mencari signifikansi korelasi antara satu variable bebas yaitu control diri dengan satu variable terikat yaitu perilaku konsumtif, maka model analisis statistik yang tepat adalah Korelasi *product moment*. Penghitung analisis statistik ini dengan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*).

Agar hasil analisis statistik tersebut dapat digeneralisasi dengan tepat dan benar maka perlu dipenuhi beberapa asumsi. Untuk itu data sebelum dianalisis dengan Product Moment terlebih dahulu dilakukan uji asumsi normalitas dan linieritas. Hasil uji asumsi tersebut diperoleh:

1. Uji normalitas diperoleh *Kolmogorov Smirnov* sebesar 0,074 dengan sig. 0,200 atau $p = (p > 0,05)$. Hal ini menunjukkan bahwa sebaran data perilaku konsumtif mengikuti distribusi normal.
2. Hasil uji linearitas antara control diri dengan perilaku konsumtif pada Wanita bekerja usia dewasa awal menunjukkan nilai *F deviation from linierity* 1,396 dengan sig. atau $p = 0,193 = (p > 0,05)$. Berarti antara kontrol diri dengan perilaku konsumtif memiliki hubungan yang linier.

Berikut hasil penelitian berupa hasil analisis statistik diskriptif dan uji hipotesis adapun hasil perhitungan analisis tersebut dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 1
Diskripsi Nilai Skala Perilaku Konsumtif

No	Batas Nilai	Kategori	F	%
1.	≥ 67	Sangat Tinggi	0	0 %
2.	52-66	Tinggi	3	5 %
3.	38-51	Cukup	3	5 %
4.	23-37	Rendah	22	36,67 %

5.	≤ 22	Sangat Rendah	32	53, 33 %
Jumlah			60	100 %

Dari tabel 1 hasil analisis deskriptif data skala perilaku konsumtif didapatkan bahwa subyek yang paling dominan dalam kategori sangat rendah yaitu 53, 33 %, selanjutnya kategori rendah 36,67 %, dan kategori cukup 5 %, dan tinggi sebanyak 5 %.

Tabel 2
Diskripsi nilai Skala Kontrol Diri

No	Batas Nilai	Kategori	F	%
1	≥ 91	Sangat tinggi	24	40 %
2	71 – 90	Tinggi	30	50 %
3	51 – 70	Cukup	6	10 %
4	31 – 50	Rendah	0	0 %
5	≤ 30	Sangat Rendah	0	0 %
Jumlah			60	100 %

Berdasarkan tabel diatas hasil analisis deskriptif didapatkan bahwa subyek dominan pada kategori kontrol diri yang tinggi yaitu 50 %, selanjut kategori sangat tinggi 40%, dan kategori cukup 10%.

Tabel 3
Hasil Uji Korelasi Product Moment

No	rx _{xy}	Sig. atau p	Kesimpulan
-	0,703	0,000	p < 0,05 (signifikan) Hipotesis diterima

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat koefisien korelasi antara *mindfulness* (x) dengan kesejahteraan psikologis (y) sebesar $rx_{xy} = -0,703$ dan sig atau $p = 0.000$ ($p < 0,05$). Data di atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan perilaku konsumtif.

Korelasi yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku konsumtif. Jadi hipotesis diterima. Arah korelasi antar kedua variabel tersebut adalah negatif yang bermakna semakin tinggi kontrol diri maka akan semakin rendah kemungkinan seseorang untuk berperilaku konsumtif. Didukung oleh penelitian Antonides (dalam Fitriana dan Koencoro, 2009) menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki peran yang penting dalam proses membeli suatu barang karena kontrol diri mampu mengarahkan dan mengatur individu untuk melakukan hal yang positif termasuk dalam membelanjakan sesuatu. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan mampu mengatur perilaku belanjanya sesuai dengan kebutuhan bukan hanya untuk memuaskan keinginan mereka, tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan dan percaya diri tampil apa adanya, mampu manajemen keuangan dengan baik untuk dipergunakan kepada yang lebih penting dan lebih bijaksana dalam membelanjakan sesuatu. Penelitian lain yang serupa juga dikemukakan oleh (Lubis, 2020) menggunakan pendekatan korelasional dalam metode penelitiannya. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan antara kontrol diri dan konformitas dengan perilaku konsumtif. Jika seseorang memiliki tingkat pengendalian diri yang tinggi, mereka mampu mengatur diri mereka sendiri dari keinginan yang berlebihan, termasuk perilaku konsumtif.

Dalam konteks perilaku konsumtif, kontrol diri berperan penting dalam membantu individu untuk membeli dan menggunakan barang serta jasa secara bijaksana, sesuai dengan

kebutuhan dan kemampuan finansial mereka. Kontrol diri akan menjadikan individu lebih dapat memandu mengarahkan, dan mengatur pribadi dengan kuat dan akhirnya akan menuju kepada sesuatu yang baik (Shohibullana, 2014).

Peran kontrol diri menurut penelitian Antonides (dalam Fitriana dan Koencoro, 2009) memiliki peran yang penting dalam proses membeli suatu barang karena kontrol diri mampu mengarahkan dan mengatur individu untuk melakukan hal yang positif termasuk dalam membelanjakan sesuatu. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan mampu mengatur perilaku belanjanya sesuai dengan kebutuhan bukan hanya untuk memuaskan keinginan mereka, tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan dan percaya diri tampil apa adanya, mampu manajemen keuangan dengan baik untuk dipergunakan kepada yang lebih penting dan lebih bijaksana dalam membelanjakan sesuatu.

Kesimpulan

Dari hasil analisis yang dilakukan tingkat kontrol diri pada wanita bekerja di usia dewasa awal dengan kategori tinggi sebanyak 30 orang sebesar 50%, kategori sangat tinggi sebanyak 24 orang sebesar 40%, dan kategori cukup sebanyak 6 orang sebesar 10%. Dari paparan tersebut dapat dikatakan bahwa pada wanita bekerja di usia dewasa awal yang memiliki kontrol diri pada kategori tinggi dapat menurunkan perilaku konsumtif. Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini, menunjukkan adanya korelasi signifikan antara kontrol diri dengan perilaku konsumtif yang dimiliki oleh dewasa awal yang statusnya sudah bekerja. Artinya individu yang memiliki kontrol diri tinggi cenderung mengalami tingkat perilaku konsumtif yang lebih rendah. Sebaliknya, individu dengan kontrol diri rendah cenderung mengalami tingkat perilaku konsumtif yang lebih tinggi.

Saran

Bagi peneliti selanjutnya dapat mencari variabel lain untuk memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan sampel yang lebih representatif dan mempertimbangkan variasi konteks yang berbeda. Selain itu, penelitian mendatang dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang berpotensi mempengaruhi tingkat kontrol diri mahasiswa, seperti dukungan sosial, pengelolaan waktu, dan faktor kepribadian. Dengan demikian, penelitian lebih lanjut dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam dan rekomendasi yang lebih spesifik dalam mengembangkan program atau intervensi yang dapat mengungkap lebih detail akan kontrol diri.

Daftar Putaka

- Ahmad, H. (2022). Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2).
- Amaliah, N. D. (2021). *Pengaruh Literasi Ekonomi Dan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Hedonis Serta Implikasinya Terhadap Perilaku Konsumtif (Survei pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Siliwangi)* (Doctoral dissertation, Universitas Siliwangi).
- Anggraini, L. P., & Hudaniah, H. (2023). Hubungan *self control* dengan perilaku konsumtif belanja online pada mahasiswa rantau. *Cognicia*, 11(2), 140- 148.
- Arum, D., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku konsumtif pada mahasiswi psikologi pengguna e-commerce shopee. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 92-102.
- Aryandi, M. F. (2023). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Anggota Komunitas Motor Vihar Labuhanbatu Raya* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).

- Fuadi, A. I. (2018). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Konsumtif pada Mahasiswa/i Psikologi di Universitas Medan Area.
- Ismania, A. R. (2023). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang Pengguna E-Commerce Shopee (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Sultan Agung).
- Muhammad, P. P. (2021). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Konsumtif Mahasiswa pada masa Pandemi Covid-19 (Doctoral dissertation, UIN RADEN INTAN LAMPUNG).
- Rostarita, N. A. (2022). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Salamah, M. (2022). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Perilaku Konsumtif Belanja Pakaian Online Pada Mahasiswi. *Psikosains: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi*, 16(1), 18-26.
- Salsabila, R., & Nio, S. R. (2019). Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Mahasiswa Fakultas Hukum UBH Pengguna Shopee. *Jurnal Riset Psikologi*, 2019(4).
- Sembiring, R. W. (2021). Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Belanja Online Produk Fashion Wanita Dewasa Awal (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Surbakti, N. R. O. (2023). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Perilaku Konsumtif pada Penggemar K-Pop Usia Dewasa Awal di Kota Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Umma, Z. N. (2022). Analisis Pengaruh Aksesibilitas Permodalan, Peningkatan Kualitas Produk dan Peningkatan Kualitas SDM terhadap Pendapatan UMKM di Sidoarjo. *Bharanomics*, 3(1), 39-47.
- Yolanda, L. S. (2024). Pengaruh Gaya Kepemimpinan Terhadap Kinerja Karyawan Pada Kantor Konsultan Manajemen Wilayah Oversight Consultant (Oc) Regional-3 Pekanbaru Riau. *Bisnis-Master*, 20-29.