



Pengaruh *Self-Control* terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Universitas Tangerang Raya

Adi Pahri Rismana^{1*}, Indy Gustyani², Ismia Maedarosa³, Mahardika⁴, Sonya Trihandi⁵,
Febri Sari Siahaan⁶

¹⁻⁶Program Studi Fakultas Ekonomi Bisnis, Universitas Tangerang Raya, Indonesia

*Penulis Korespondensi: adipahrirismana03@gmail.com

Abstract. *The rapid development of digital technology, social media, and online shopping platforms has significantly influenced consumer behavior, particularly among university students. Students are often exposed to various forms of marketing, trends, and lifestyle content that encourage excessive consumption beyond their actual needs. One of the factors that is assumed to influence consumptive behavior is self-control. Self-control refers to an individual's ability to regulate emotions, impulses, and behaviors in order to make rational decisions and achieve long-term goals. This study aims to analyze the influence of self-control on the consumptive behavior of students at Universitas Tangerang Raya. The research employs a quantitative approach using a survey method. Data are collected through questionnaires distributed to students selected through purposive sampling techniques. The data are analyzed using simple linear regression analysis. The findings are expected to indicate that self-control has a negative and significant effect on consumptive behavior. Students with higher levels of self-control tend to exhibit lower levels of consumptive behavior, while those with lower self-control are more likely to engage in impulsive and excessive purchasing activities. This study is expected to contribute to the development of knowledge in consumer behavior and educational psychology and provide insights for students to improve their self-control in managing spending behavior.*

Keywords: *Consumer Behavior; Consumptive Behavior; Online Shopping; Self-Control; University Students.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh self-control terhadap perilaku konsumtif mahasiswa Universitas Tangerang Raya. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan pendekatan survei. Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner kepada mahasiswa Universitas Tangerang Raya yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji regresi linear sederhana. Hasil penelitian diharapkan menunjukkan bahwa self-control berpengaruh negatif dan signifikan terhadap perilaku konsumtif mahasiswa. Semakin tinggi tingkat self-control yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah perilaku konsumtif yang ditunjukkan. Sebaliknya, rendahnya self-control dapat meningkatkan kecenderungan mahasiswa untuk melakukan pembelian secara impulsif dan berlebihan. Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi mahasiswa dalam meningkatkan kemampuan mengendalikan diri guna mengurangi perilaku konsumtif yang tidak rasional.

Kata Kunci: Belanja Online; Mahasiswa; Perilaku Konsumen; Perilaku Konsumtif; *Self-Control*.

1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah membawa perubahan yang signifikan terhadap pola konsumsi masyarakat, termasuk di kalangan mahasiswa. Kemudahan akses internet, media sosial, marketplace, dan berbagai layanan pembayaran digital mendorong individu untuk melakukan transaksi secara cepat dan praktis. Kondisi tersebut tidak hanya memberikan manfaat dalam memenuhi kebutuhan, tetapi juga berpotensi meningkatkan perilaku konsumtif, yaitu kecenderungan membeli barang atau jasa secara berlebihan tanpa mempertimbangkan kebutuhan yang sebenarnya. Fenomena ini semakin terlihat pada mahasiswa yang berada pada fase perkembangan menuju kedewasaan dan memiliki tingkat interaksi yang tinggi dengan teknologi digital. (Nuro'im & Anasrulloh, 2023)

Perilaku konsumtif dapat diartikan sebagai tindakan membeli atau menggunakan barang dan jasa secara berlebihan yang lebih didasarkan pada keinginan daripada kebutuhan. Mahasiswa sering kali menjadi kelompok yang rentan terhadap perilaku tersebut karena adanya pengaruh lingkungan sosial, tren gaya hidup, promosi digital, dan keinginan untuk memperoleh pengakuan dari kelompok sebayanya. Selain itu, intensitas penggunaan media sosial juga mendorong munculnya perilaku konsumtif melalui paparan iklan, endorsement, dan gaya hidup yang ditampilkan oleh influencer

Salah satu faktor yang diduga memiliki pengaruh penting terhadap perilaku konsumtif adalah self-control atau kontrol diri. Self-control merupakan kemampuan individu untuk mengatur, mengarahkan, dan mengendalikan perilaku serta dorongan yang muncul dari dalam dirinya. Individu dengan self-control yang baik cenderung mampu mempertimbangkan konsekuensi dari setiap keputusan yang diambil, termasuk keputusan dalam melakukan pembelian. Sebaliknya, individu yang memiliki self-control rendah lebih mudah tergoda oleh stimulus eksternal sehingga rentan melakukan pembelian impulsif dan konsumsi yang berlebihan. Penelitian yang dilakukan oleh Rosa Elita Simarmata, (2024) menunjukkan bahwa self-control berpengaruh negatif terhadap perilaku konsumtif mahasiswa. Artinya, semakin tinggi tingkat self-control yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk berperilaku konsumtif. Sebaliknya, mahasiswa dengan tingkat self-control yang rendah cenderung lebih mudah melakukan pembelian yang tidak direncanakan dan kurang mempertimbangkan manfaat jangka panjang dari penggunaan uang yang dimiliki. Temuan serupa juga diperoleh dalam penelitian Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I Made Suraharta, (2024) yang menyatakan bahwa kontrol diri berpengaruh terhadap perilaku konsumtif mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Lampung. Kemudahan berbelanja melalui platform e-commerce dan tingginya paparan promosi digital menyebabkan mahasiswa yang memiliki kontrol diri rendah lebih rentan melakukan pembelian yang tidak diperlukan. Fenomena perilaku konsumtif juga dapat ditemukan pada mahasiswa Universitas Tangerang Raya. Sebagai generasi yang hidup di era digital, mahasiswa memiliki akses yang luas terhadap berbagai platform belanja online dan media sosial. Kondisi ini memungkinkan munculnya perilaku konsumtif apabila tidak diimbangi dengan kemampuan mengendalikan diri yang baik. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji hubungan antara self-control dan perilaku konsumtif agar dapat diketahui sejauh mana kemampuan kontrol diri memengaruhi pola konsumsi mahasiswa.

Selain pengendalian diri, perilaku konsumsi mahasiswa juga dipengaruhi oleh pesatnya perkembangan teknologi digital. Ketersediaan platform e-commerce, sistem pembayaran digital, dan berbagai promosi daring memudahkan mahasiswa untuk berbelanja kapan saja dan di mana saja. Meskipun kemudahan ini dapat menjadi keuntungan dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, hal ini juga berpotensi mendorong individu untuk melakukan pembelian yang tidak direncanakan. Menurut (Ciswati & Septayuda, 2023), perilaku konsumen dipengaruhi oleh faktor-faktor budaya, sosial, pribadi, dan psikologis yang secara bersama-sama membentuk keputusan pembelian seseorang. Dalam konteks mahasiswa, faktor psikologis berupa pengendalian diri merupakan aspek kunci dalam menentukan perilaku konsumsi yang rasional.

Pengendalian diri adalah kemampuan seseorang untuk mengatur perilakunya, menahan dorongan, dan mempertimbangkan konsekuensi dari tindakannya (Charan & Rahayu, 2022). Seseorang dengan tingkat pengendalian diri yang tinggi cenderung mampu membedakan antara kebutuhan dan keinginan, sehingga lebih berhati-hati saat melakukan pembelian. Sebaliknya, seseorang dengan tingkat pengendalian diri yang rendah lebih mudah terpengaruh oleh rangsangan eksternal seperti promosi, diskon, atau tren terbaru di lingkungannya. Tangney, Baumeister, dan (Peetz & Davydenko, 2022). menyatakan bahwa individu yang memiliki pengendalian diri yang baik cenderung mengambil keputusan yang lebih efektif, mengelola keuangan mereka dengan lebih baik, dan cenderung tidak melakukan perilaku impulsif.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa pengendalian diri berkaitan erat dengan perilaku konsumsi mahasiswa. Dany & Susanti, (2023) menemukan bahwa pengendalian diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku konsumsi mahasiswa, di mana mahasiswa yang memiliki pengendalian diri yang baik cenderung mengelola pengeluaran mereka dengan lebih efektif dan menghindari pembelian yang tidak perlu. Penelitian Mufarika dkk., (2023) juga menunjukkan bahwa pengendalian diri memiliki dampak negatif terhadap perilaku konsumsi siswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa meningkatkan pengendalian diri dapat mengurangi kecenderungan seseorang untuk melakukan pembelian berlebihan. Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan pengaruh pengendalian diri terhadap perilaku konsumen, penelitian yang secara khusus mengkaji mahasiswa Universitas Tangerang Raya masih relatif terbatas.

Karakteristik mahasiswa Universitas Tangerang Raya yang menjadi bagian dari lingkungan pendidikan modern dengan akses luas terhadap teknologi digital memungkinkan munculnya pola konsumsi yang berbeda dari mahasiswa di universitas lain. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk memperoleh pemahaman empiris mengenai pengaruh pengendalian diri terhadap perilaku konsumen mahasiswa di Universitas Tangerang Raya.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh self-control terhadap perilaku konsumtif mahasiswa Universitas Tangerang Raya. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya pada bidang perilaku konsumen dan psikologi pendidikan, serta menjadi bahan pertimbangan bagi mahasiswa dalam meningkatkan kemampuan mengendalikan diri untuk mengurangi perilaku konsumtif.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Literasi Keuangan

Menurut otoritas jasa keuangan (2022) literasi keuangan merupakan pengetahuan (knowledge), keterampilan (skill) dan keyakinan (confidence) yang dapat mempengaruhi sikap dan perilaku keuangan seseorang guna meningkatkan kualitas keputusan dan pengelolaan keuangan seseorang sehingga tercapai kesejahteraan hidupnya.

Self Control

Self control merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan, emosi, dan perilaku sehingga mampu bertindak sesuai dengan tujuan jangka Panjang serta menghindari perilaku yang merugikan. Individu yang memiliki control diri yang baik cenderung mampu menahan keinginan sesaat, termasuk dalam mengambil Keputusan pembelian secara bijaksana. (Sari & Irmayanti, 2021a)

Perilaku Konsumtif

Menurut (Almira dkk., 2026), perilaku konsumtif Adalah perilaku individu yang melakukan pembelian secara berlebihan karena dipengaruhi oleh factor psikologis maupun gaya hidup, sehingga pembelian didasarkan pada keinginan daripada kebutuhan.

Penelitian Terdahulu

Penelitian yang dilakukan oleh (Sari & Irmayanti, 2021b) bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-control* dengan perilaku konsumtif belanja online pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional terhadap 70 mahasiswa sebagai responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-control* dengan perilaku konsumtif belanja online. Artinya, semakin tinggi Tingkat *self-control* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk melakukan perilaku konsumtif.

Penelitian yang dilakukan oleh (Anggraini & Hudaniah, 2023) bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-control* dengan perilaku konsumtif belanja online pada mahasiswa rantau. Penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan melibatkan 358 responden. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negative yang signifikan antara *self-control* dengan perilaku konsumtif. Semakin tinggi kemampuan mahasiswa dalam mengendalikan diri, maka semakin rendah perilaku konsumtif yang ditunjukkan ketika melakukan belanja online. Temuan ini memperkuat bahwa *self-control* merupakan salah satu faktor penting dalam mengendalikan perilaku konsumtif mahasiswa.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian bertujuan untuk menguji pengaruh variabel *self-control* terhadap perilaku konsumtif mahasiswa Universitas Tangerang Raya melalui pengukuran data numerik dan analisis statistik (Dany & Susanti, 2023b). Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian asosiatif kausal, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif Universitas Tangerang Raya pada tahun akademik 2026. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Tangerang Raya yang pernah melakukan pembelian barang atau jasa baik secara online maupun offline. Data penelitian diperoleh melalui penyebaran kuesioner yang disusun berdasarkan indikator variabel *self-control* dan perilaku konsumtif.

Pengukuran variabel dilakukan menggunakan Skala Likert dengan lima alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Variabel self-control diukur melalui indikator kemampuan mengendalikan perilaku, mengendalikan dorongan, mempertimbangkan konsekuensi tindakan, dan kemampuan mengambil keputusan secara rasional (Rahayu & Affandi, 2022). Sementara itu, variabel perilaku konsumtif diukur melalui indikator pembelian berdasarkan keinginan, kecenderungan mengikuti tren, pembelian impulsif, serta pembelian yang tidak mempertimbangkan kebutuhan Sebelum dilakukan analisis data, instrumen penelitian diuji menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas. Uji validitas digunakan untuk mengetahui kemampuan item pernyataan dalam mengukur variabel yang diteliti, sedangkan uji reliabilitas digunakan untuk mengukur tingkat konsistensi instrumen penelitian. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS Statistics melalui tahapan teknik analisis data menggunakan uji validitas, uji reliabilitas (Rajput, 2020).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Data dan Uji Hipotesis

Pada sub bab ini akan membahas mengenai uji validitas, uji reliabilitas, uji asumsi klasik yang terdiri dari uji normalitas.

Uji Instrumen

a) Uji Validitas

Untuk menguji validitas pada penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS versi 21.0 dengan melakukan uji coba terhadap 35 responden untuk mengetahui R hitung setelah itu R hitung di bandingkan dengan R tabel dengan taraf signifikan 5% yaitu sebesar 0,570 apabila R hitung > dari 0,570 maka pernyataan tersebut dinyatakan tidak valid dan instrumen layak digunakan sebagai alat ukur pada penelitian ini :

Tabel 1.Hasil Uji Validitas Instrumen Perilaku Self-Control (Y).

NO	Nilai R Hitung	Nilai R Tabel	Keterangan
1	0,570	0,3334	Valid
2	0,570	0,3334	Valid
3	0,476	0,3334	valid

Sumber: Data Diolah Peneliti, 2026.

Dari tabel terlihat bahwa 10 pertanyaan tersebut dinyatakan valid karena R hitung > dari 0,542 berarti angket perilaku self-Control mahasiswa program studi Ekonomi Bisnis semester III, IV, dan VIII Universitas Tangerang Raya Tahun 2026 layak di jadikan instrumen penelitian

Tabel 2. Hasil Uji Validitas Instrumen Perilaku Konsumtif (X1).

NO	Nilai R Hitung	Nilai R Tabel	Keterangan
1	0,542	0,3334	valid
2	0,666	0,3334	valid
3	0,445	0,3334	valid
4	0,361	0,3334	valid
5	0,482	0,3334	valid
6	0,612	0,3334	valid

Sumber: Data Diolah Peneliti 2026.

Dari tabel terlihat bahwa 10 pertanyaan tersebut dinyatakan valid karena R hitung > dari 0,542 berarti angket perilaku konsumtif layak dijadikan instrumen penelitian

b) Uji Realibitas

Untuk mengetahui reliabel dari suatu angket maka di perlukan uji reliabilitas. uji realibitas pada penelitian ini dilakukan uji coba pada 35 responden dengan menggunakan bantuan SPSS versi 21.0 untuk mengetahui T hitung Pada variabel penelitian ini kemudian T hitung dibandingkan dengan *Cronbach Alpha* sebesar 0,578 apabila T hitung > 0,578 maka pernyataan pada variabel penelitian ini di nyatakan reliabel apabila T hitung < 0,578 maka pernyataan pada variabel penelitian ini dinyatakan tidak riabel. perhitungan reliabilitas dalam penelitian ini dengan bantuan SPSS versi 21,0 yaitu sebagai berikut :

Tabel 4. Reliabilitas Variabel Self-Control (Y)

Reliability Statistics.	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,578	5

DAFTAR PUSTAKA

- Almira, A. F., Herlindawati, D., & Sholekhah, I. (2026). Literasi Keuangan dan Perilaku Konsumtif Belanja Online: Peran Kontrol Diri sebagai Mediator: Financial Literacy and Online Shopping Consumptive Behavior: The Role of Self-Control as Mediator. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*, 24(1), 14–27.
- Anggraini, L. P., & Hudaniah, H. (2023). Hubungan self control dengan perilaku konsumtif belanja online pada mahasiswa rantau. *Cognicia*, 11(2), 140–148.
- Charan, Y. Y. P., & Rahayu, M. N. M. (2022). Self-control dan impulsive buying wanita dewasa awal pada masa pandemi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 662–670.
- Ciswati, S., & Septayuda, I. (2023). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku konsumen terhadap keputusan pembelian laptop. *Jurnal Menara Ekonomi: Penelitian dan Kajian Ilmiah Bidang Ekonomi*, 9(2).
- Dany, A. S. R., & Susanti, A. (2023a). Pengaruh pendapatan, literasi keuangan dan kontrol diri terhadap perilaku konsumtif mahasiswa di Surakarta. *JUREMI: Jurnal Riset Ekonomi*, 2(4), 310–324.
- Dany, A. S. R., & Susanti, A. (2023b). Pengaruh pendapatan, literasi keuangan dan kontrol diri terhadap perilaku konsumtif mahasiswa di Surakarta. *JUREMI: Jurnal Riset Ekonomi*, 2(4), 310–324.

- Mufarika, L., Ramadhan, M., Safana, N., Pratama, R. P., Rahmatun, F., & Sari, Y. A. (2023). The Influence of Self-Control on Online Shopping Behavior in Students. *Journal of Psychology and Social Sciences*, 1(3), 93–97.
- Nuro'im, A., & Anasrulloh, M. (2023). Pengaruh Gaya Hidup Hedonis dan Media Sosial terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Semester IV, VI dan VIII Universitas Bhinneka PGRI Tulungagung Tahun Akademik 2022/2023. *Jurnal Economina*, 2(9), 2294–2309. <https://doi.org/10.55681/economina.v2i9.811>
- Peetz, J., & Davydenko, M. (2022). Financial self-regulation. *Social and Personality Psychology Compass*, 16(5), e12663.
- Rahayu, D., & Affandi, G. R. (2022). The Relationship between Self-Control and Students' Compliance Behavior on Senior High School: Hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Kepatuhan Siswa pada Peraturan Sekolah Menengah Atas. *Academia Open*, 7, 10–21070.
- Rajput, S. (2020). Methods of reliability and validity. Dalam *An SPSS Guide for Tourism, Hospitality and Events Researchers* (hlm. 243–264). Routledge.
- Rifka Alkhilyatul Ma'rifat, I. Made Suraharta, I. I. J. (2024). No Title. 2(September), 306–312.
- Rosa Elita Simarmata, I. S. S. L. J. R. (2024). Rosa+Elita+Simarmata.+OK. *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis, dan Akuntansi FEB Universitas Sam Ratulangi Manado*, 12(1), 462–475.
- Sari, N. N., & Irmayanti, N. (2021a). Hubungan self control terhadap perilaku konsumtif belanja online pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 2(2), 32–41.
- Sari, N. N., & Irmayanti, N. (2021b). Hubungan self control terhadap perilaku konsumtif belanja online pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 2(2), 32–41.