

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Era digital membawa transformasi signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, khususnya dalam pola konsumsi dan pengelolaan keuangan individu (Amory et al., 2025). Pola transformasi tersebut erat kaitannya dengan Generasi Z, yaitu individu yang lahir antara tahun 1995 hingga 2010 dan tumbuh sebagai *digital natives* dengan intensitas tinggi dalam menggunakan platform digital serta mengikuti tren konsumsi masa kini (Andriyani & Novia, 2025). Pola hidup yang lekat dengan teknologi dan kemudahan transaksi non-tunai tersebut pada akhirnya membentuk karakteristik konsumsi khas pada Generasi Z, yaitu pengeluaran rutin bernilai kecil yang terjadi secara otomatis melalui layanan digital dan kerap luput dari kesadaran individu, sehingga menjadikan Generasi Z lebih rentan terhadap akumulasi pengeluaran impulsif yang minim evaluasi finansial (Susiaty et al., 2024; Sari et al., 2024; Taptalk.io, 2025).

Karakteristik konsumsi digital Generasi Z tersebut tercermin dalam pola penggunaan layanan digital berlangganan yang semakin meluas di berbagai kota besar di Indonesia. Nielsen (2022) mencatat Makassar sebagai salah satu dari sebelas kota besar di Indonesia dengan tingkat akses *mobile streaming* tertinggi, khususnya pada platform berbayar seperti Netflix. Temuan ini menunjukkan bahwa digitalisasi telah berkembang pesat, tidak hanya pada aspek akses teknologi, tetapi juga pada pola konsumsi masyarakat yang semakin berbasis layanan digital berlangganan. Kondisi tersebut sejalan dengan hasil mini survei yang dilakukan, yaitu sebesar 42,7% (56 responden) tercatat berlangganan aplikasi Netflix. Persentase ini menempatkan netflix pada urutan kedua layanan berlangganan yang paling banyak digunakan, setelah Spotify dengan 48,1% (63 responden) dan diikuti oleh Canva Pro pada urutan ketiga dengan 38,9% (51 responden) dengan mayoritas responden dalam survei ini merupakan Generasi Z yang berstatus sebagai mahasiswa, sehingga temuan ini memperkuat gambaran bahwa konsumsi layanan digital berlangganan merupakan bagian dari karakteristik lingkungan konsumsi Generasi Z.

Tingginya tingkat konektivitas digital dan konsumsi berbasis aplikasi digital memperbesar potensi munculnya perilaku konsumtif yang tidak disadari pada generasi Z di Indonesia (Dispora et al., 2024). OECD (2022) mencatat bahwa generasi Z cenderung memiliki perilaku keuangan yang kurang terkendali. Hal tersebut didukung dengan hasil *mini survey* yang dilakukan pada generasi Z yaitu sekitar 58,8% (77 dari 131 responden) mengaku pernah lupa terhadap biaya langganan yang terpotong secara otomatis setiap bulan, sehingga menyebabkan berkurangnya saldo keuangan tanpa disadari. Kondisi ini semakin relevan mengingat sebagian besar Generasi Z, khususnya mahasiswa, masih berada

pada fase transisi menuju kemandirian finansial dengan pendapatan yang terbatas dan belum stabil (Pani & Muat, 2025). Lebih lanjut, 45,8% responden (60 dari 131 orang) menyatakan tidak rutin melakukan pengecekan keuangan secara berkala. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara perilaku konsumsi berbasis langganan dan kesadaran individu terhadap konsekuensi finansialnya, yang dalam jangka panjang berpotensi memengaruhi kondisi kesejahteraan finansial individu.

Financial wellbeing dapat didefinisikan sebagai kondisi ketika individu merasa aman secara finansial, mampu memenuhi kebutuhan hidupnya saat ini, dan percaya diri dalam menghadapi tantangan keuangan di masa depan. *Financial wellbeing* mencerminkan persepsi individu mengenai kecukupan finansial, kemampuan mengelola keuangan, serta rasa aman terhadap kondisi keuangan saat ini dan di masa depan (Netemeyer et al., 2017). Lebih lanjut, meskipun hadirnya teknologi langganan otomatis bertujuan untuk membantu individu mengelola keuangan secara sistematis dalam jangka panjang, dalam praktiknya mekanisme ini justru dapat menimbulkan tantangan baru dalam pengelolaan keuangan (CFPB, 2015; Brüggén et al., 2017). Kondisi ini mengindikasikan adanya keterbatasan dalam menjaga kontrol terhadap pengeluaran yang berlangsung secara otomatis, sehingga individu kurang cermat dalam memantau arus keuangannya dan berdampak pada penurunan tingkat *financial wellbeing* (Shim et al., 2015).

Pada lingkungan konsumsi digital, perbedaan tingkat *financial wellbeing* antar individu tidak hanya ditentukan oleh jenis pengeluaran, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku keuangannya. Self-control merupakan mekanisme kunci yang dapat memengaruhi bagaimana individu merespons pengeluaran tersebut (Bai, 2023). *Self-control* merupakan kemampuan individu untuk menahan impuls dan menyesuaikan perilaku dengan tujuan jangka panjang (Ares et al., 2021). Kemampuan ini penting bagi Generasi Z yang hidup dalam lingkungan konsumsi digital yang serba instan (Fitriyani & Susilawati, 2025). Penelitian oleh Strömbäck et al., (2017) turut menjelaskan bahwa individu dengan *self-control* yang tinggi akan lebih rutin menabung, lebih siap menghadapi pengeluaran tidak terduga, dan menghindari pengeluaran impulsif, seperti langganan digital yang tidak digunakan. Pola perilaku finansial tersebut berdampak positif terhadap *financial wellbeing* individu. Sebaliknya, individu dengan tingkat *self-control* yang rendah, cenderung mendorong individu untuk terlibat dalam pola perilaku konsumtif yang berorientasi pada manfaat instan atau jangka pendek yang impulsif dan mengabaikan konsekuensi keuangan jangka panjang (Lunardo et al., 2022). Berdasarkan penelitian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa *financial wellbeing* dapat dipengaruhi oleh *self-control* individu.

Meskipun demikian, penelitian terdahulu menunjukkan bahwa hubungan antara *self-control* dan *financial wellbeing* seringkali bersifat tidak

langsung. Hubungan ini dimediasi oleh variabel lain, salah satunya *financial management behavior* (Strömbäck et al., 2017; Younas et al., 2019). *Financial management behavior* merupakan pola kebiasaan dan tindakan individu dalam menyusun anggaran serta mengontrol pengeluaran (Ciptaningtias et al., 2024). Apriansah dkk (2022) menyatakan hal serupa bahwa *self-control* tidak hanya berpengaruh langsung terhadap *financial wellbeing*, melainkan turut berperan dalam membentuk *financial management behavior* pada individu.

Financial management behavior merupakan pola kebiasaan dan tindakan individu dalam menyusun anggaran serta mengontrol pengeluaran (Ciptaningtias et al., 2024). *Financial management behavior* mencakup berbagai aktivitas pengelolaan keuangan, seperti perencanaan anggaran, menabung, membayar utang tepat waktu dan melakukan investasi (Amanah & Mangifera, 2023). Sejalan dengan hal tersebut, Riitsalu dan Murakas (2019) turut menegaskan bahwa *financial management behavior* juga melibatkan pencatatan pengeluaran, pengendalian impuls belanja serta evaluasi keputusan finansial individu sehari-hari. Lebih lanjut, penelitian menunjukkan bahwa *financial management behavior* berperan baik sebagai variabel mediasi antara *self-control* dan *financial wellbeing* (Ramadhini et al., 2023). Widjaja dkk (2023) juga menegaskan bahwa *financial management behavior* merupakan hal yang dapat menjelaskan bagaimana *self-control* dapat memengaruhi tingkat *financial wellbeing* individu.

Praktik pengelolaan keuangan yang baik terbukti berpengaruh langsung pada *financial wellbeing* individu, karena semakin disiplin seseorang mengelola uangnya, semakin besar peluangnya mencapai stabilitas finansial (Yap et al., 2018). *Financial management behavior* yang sehat dan baik dicirikan oleh pengelolaan pengeluaran yang disiplin dan kesadaran akan risiko pengeluaran tersembunyi seperti *invisible spending*. Idealnya, individu memiliki *financial management behavior* yang sehat sebagai bagian dari pengelolaan keuangan yang ideal. Namun, dalam praktiknya, masih banyak individu terutama Generasi Z yang kurang menyadari adanya pengeluaran otomatis atau mikro transaksi yang terjadi melalui layanan digital, sehingga *financial management behavior* mereka cenderung kurang optimal dan berpotensi menurunkan *financial wellbeing* mereka (Jariya, 2022). Lebih lanjut, penelitian menunjukkan bahwa rendahnya keterampilan dan kesadaran dalam hal manajemen keuangan di generasi Z mendorong terbentuknya *financial management behavior* yang kurang sehat, seperti pengambilan keputusan finansial yang tidak bijaksana. Hal ini semakin diperparah oleh minimnya pengalaman finansial generasi Z yang belum terbiasa mengelola pendapatan dan pengeluaran secara efektif (Mahanani et al., 2024).

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, *financial management behavior* tidak hanya berkaitan dengan *self-control* sebagai salah satu komponennya, namun juga berperan penting dalam menentukan tingkat *financial wellbeing*

individu. Hal ini khususnya relevan dalam konteks Generasi Z sebagai *digital natives* yang mencerminkan kesenjangan antara intensi individu dalam mengatur keuangan dengan baik dan tindakan konsumsi nyata yang kerap dilakukan tanpa disadari. Kesenjangan ini semakin diperkuat oleh kemudahan sistem transaksi digital yang bersifat otomatis. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk meneliti terkait peran *self-control* dan *financial management behavior* terhadap *financial wellbeing* pada generasi Z di Kota Makassar.

1.2. Tinjauan Pustaka

1.2.1. *Financial wellbeing*

Financial wellbeing merupakan konsep yang menjelaskan kondisi keuangan seseorang atau keluarga (Hassan et al., 2021). Netemeyer dkk (2017) menyatakan bahwa *financial wellbeing* mencerminkan persepsi individu mengenai kecukupan finansial, kemampuan mengelola keuangan, serta rasa aman terhadap kondisi keuangan saat ini dan di masa depan. Pandangan tersebut sejalan dengan yang dikembangkan oleh CFPB dengan menempatkan *financial wellbeing* sebagai hasil dari interaksi antara kapasitas psikologis individu dalam mengelola keuangannya. (CFPB, 2015 ; CFPB, 2017).

CFPB (2017) mendefinisikan *financial wellbeing* sebagai kondisi Ketika individu mampu mengelola dan memenuhi tanggung jawab keuangannya secara konsisten, memiliki rasa aman terhadap keuangannya di masa depan serta memiliki kebebasan dan merasa aman terhadap keputusan finansial yang diambilnya dan dapat mendukung kualitas serta kebahagiaan hidupnya. Dalam kerangka teori yang dikembangkan oleh CFPB, *financial wellbeing* dinilai merepresentasikan sejauh mana individu merasa memiliki kendali dan kebebasan atas kehidupan finansialnya. Lebih lanjut, dalam menjelaskan proses tersebut, *framework* teori ini menekankan peran perilaku dan persepsi individu sehingga relevan dengan variabel lainnya, yang mana *financial wellbeing* dilihat sebagai hasil dari perilaku keuangan individu sehari-hari.

Teori ini memandang *financial wellbeing* sebagai konstruk unidimensional dengan empat indikator utama. Pertama, individu perlu untuk memiliki kendali atas keuangan sehari-hari, artinya mereka mampu mengatur pengeluaran rutin seperti kebutuhan pokok, tagihan, dan cicilan secara terencana. Kedua, individu tersebut juga perlu memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan keuangan, seperti kehilangan pekerjaan, biaya pengobatan mendadak, atau keadaan darurat lainnya dengan dukungan berupa tabungan yang memadai. Ketiga, *Financial Wellbeing* berarti individu berada di kondisi yang tepat dalam menabung untuk keperluan tempat tinggal, pendidikan maupun dana pensiun sesuai dengan rencana dan kemampuan mereka. Keempat, individu yang mencapai *wellbeing* dalam finansialnya memiliki kebebasan untuk membuat pilihan lebih menikmati hidup mereka (berlibur, melakukan hobi dan sebagainya) tanpa beban keuangan yang menghalangi.

Secara sederhana, *Financial wellbeing* dapat dipahami sebagai perasaan memiliki keamanan dan kebebasan dalam aspek finansial, baik dalam jangka waktu sekarang maupun dalam perencanaan masa depan (CFPB, 2015).

Kemudian, Zemtsov dan Usipova (2016) turut menjelaskan bahwa *financial wellbeing* individu ditentukan oleh cara individu tersebut mengelola keuangan serta pendapatan yang diperoleh. Kondisi ini juga dipengaruhi terkait cara memperoleh pengetahuan, literasi keuangan serta *attitude* individu terhadap keuangan, yang pada akhirnya menentukan kemampuan individu dalam mengatur keuangan sehari-hari. (Siswanti & Halida, 2020) Selain itu, *financial wellbeing* individu tidak dapat dilepaskan dari kondisi keuangan keluarga secara keseluruhan, termasuk total pendapatan, jumlah anggota dan tanggungan keluarga yang didasari atas kebiasaan suatu keluarga. (Hassan et al., 2021)

Sistem langganan otomatis dalam berlangganan juga turut memberikan dampak negatif terhadap tingkat *financial wellbeing* pada individu, sebab otonomi pengambilan keputusan yang dimiliki oleh individu akan berkurang (George, 2024). Hassan dkk (2021) turut menjabarkan terkait *financial wellbeing* yang ideal, yaitu kondisi ketika individu merasa tidak memiliki beban, bahagia dan sehat dalam aspek finansial. Lebih lanjut, dijelaskan pula bahwa *financial wellbeing* memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan mental, seperti kecemasan dan stress saat menghadapi kesulitan finansial

1.2.2. Self-control

Secara teoritis, *self-control* merupakan kapasitas individu untuk mengatur dorongan, menunda kepuasan sesaat, dan mengarahkan perilaku ke arah yang sesuai dengan tujuan jangka panjang. Hal ini dapat dijelaskan melalui *self-regulation theory* yang dikemukakan oleh Baumeister & Vohs (2007) dengan pandangan bahwa *self-control* sebagai komponen utama dari *self-regulation*, yaitu kemampuan individu untuk mengelola pikiran, emosi, dan perilaku agar tetap konsisten dengan sasaran jangka panjang meskipun dihadapkan pada berbagai godaan.

Self-control dapat dipahami sebagai kemampuan individu untuk menahan impuls sesaat dan tetap berpegang pada prinsip pengelolaan keuangan jangka panjang (Vucovic & Pivac, 2021). Lebih lanjut, Fitriyani (2025) turut menjelaskan bahwa konstruk ini merupakan faktor psikologis yang berpengaruh terhadap cara individu mengelola keuangannya. Individu dengan tingkat *self-control* yang tinggi cenderung lebih mampu mengendalikan dorongan belanja impulsif, menyusun perencanaan keuangan secara lebih terarah serta pengambilan keputusan finansial dengan pertimbangan konsekuensi jangka panjang. Kemampuan tersebut tercermin dalam perilaku keuangan yang lebih adaptif, seperti pengeluaran yang lebih terkontrol.

Individu dengan tingkat *self-control* yang tinggi cenderung mampu mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari setiap keputusan yang diambil serta tidak semata-mata berorientasi pada kesenangan instan.

Sebaliknya, individu dengan kontrol diri yang rendah lebih rentan terlibat dalam kebiasaan konsumsi yang tidak terencana dan kurang sehat, termasuk pengeluaran yang tidak disadari seperti *invisible spending*. Sejalan dengan hal tersebut, Baumeister dkk (2007) menjelaskan bahwa *self-control* tidak hanya sekedar kemampuan untuk menahan diri, melainkan kemampuan individu untuk secara aktif mengatur respons dan perilakunya agar selaras dengan nilai, norma, serta tujuan jangka panjang yang dimiliki. Sejalan dengan hal tersebut, beberapa penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri memegang peranan penting dalam membentuk praktik pengelolaan keuangan yang sehat, disiplin, dan bertanggung jawab. (Achtziger et al., 2015; Strömbäck et al., 2017).

Peneliti mengadaptasi model alat ukur *self-control* dua dimensi utama pada konteks budaya di Indonesia. Dimensi pertama merupakan *inhibition*. *Inhibition* atau inhibisi merupakan kegiatan yang merujuk pada kemampuan untuk menahan dorongan atau impuls yang bisa mengganggu tujuan jangka panjang individu (menolak ajakan dalam menunda pekerjaan atau menghindari kebiasaan buruk). Dimensi kedua yaitu *initiation* (inisiasi). Inisiasi merupakan kemampuan untuk memulai dan menjalankan perilaku yang mendukung tercapainya tujuan, seperti mulai belajar lebih awal atau menyusun rencana yang terarah (Arifin & , 2020). Fenomena *invisible spending* yang mana merupakan pola konsumtif individu yang cenderung impulsif dan tidak disadari sehingga kondisi ini menuntut adanya *self-control* yang memadai.

1.2.3. Financial Management Behavior

Penelitian ini menggunakan konsep *financial management behavior* sebagai mediator untuk menjelaskan mekanisme pengaruh *self-control* terhadap *financial well-being*. *Financial Management Behavior* merujuk pada kemampuan individu dalam mengelola keuangan sehari-hari secara terencana dan terarah. Konsep ini juga dapat dipahami sebagai proses pengambilan keputusan finansial yang berkaitan dengan bagaimana individu merencanakan, mengatur, dan mengevaluasi kondisi keuangannya (Purwanto et al., 2023). Dengan demikian, *financial management behavior* merefleksikan bentuk nyata dari praktik pengelolaan keuangan individu dalam kehidupan sehari-hari.

Pemilihan *financial management behavior* didasarkan pada pertimbangan bahwa konstruk *financial behavior* memiliki cakupan yang relatif luas dan mencakup berbagai dimensi perilaku keuangan, seperti perilaku konsumsi, investasi, dan penggunaan kredit, sehingga berpotensi kurang spesifik dalam menggambarkan proses pengelolaan keuangan individu (Sajuyigbe et al., 2020). Sebaliknya, *financial management behavior* lebih berfokus pada aspek pengelolaan keuangan yang konkret dan terukur, seperti perencanaan anggaran, pengendalian pengeluaran, serta pengelolaan tabungan dan kewajiban keuangan. (Dew & Xiao, 2011). Dengan fokus yang lebih spesifik tersebut, *financial management behavior* dinilai mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai cara *self-control*

diwujudkan dalam perilaku pengelolaan keuangan sehari-hari dan selanjutnya berkontribusi terhadap pembentukan financial well-being individu.

Financial management behavior merupakan bentuk nyata dari pengelolaan keuangan sehari-hari. *Financial management behavior* terdiri atas beberapa dimensi. Adapun dimensi dari variabel ini yaitu konsumsi, pengelolaan arus kas, menabung atau investasi serta asuransi yang masing-masing diukur melalui indikator tertentu guna menilai kebiasaan finansial individu dalam kehidupan sehari-hari (Dew & Xiao, 2011; Amri et al., 2022). Melalui keempat dimensi tersebut, perilaku individu dalam mengatur pendapatan dan pengeluaran dapat terlihat lebih jelas. Dalam teori yang dikembangkan oleh Ajzen (1991) yaitu *theory of planned behavior*, *financial management behavior* dapat dipahami sebagai perilaku yang muncul dari niat individu untuk mengatur keuangan secara efektif yang dapat terbentuk dari tiga komponen teori TPB itu sendiri. Individu dengan *self-control* tinggi cenderung memiliki persepsi kontrol yang baik pada akhirnya akan membentuk niat yang kuat dalam mengatur keuangan dalam hal ini *financial management behavior* hingga tercapainya *financial wellbeing* pada individu.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian oleh Rawi dkk (2025) yang menggunakan TPB dalam menjelaskan minat menabung mahasiswa. Ketiga komponen TPB secara signifikan memengaruhi niat menabung yang merupakan salah satu bentuk dari *financial management behavior*. Oleh karena ini, teori TPB dinilai relevan dalam memahami perilaku pengelolaan keuangan khususnya generasi Z yang cenderung menghadapi tekanan konsumsi impulsif di era digital.

1.2.4. Generasi Z

Generasi Z atau generasi *zoomers* merupakan kelompok generasi yang lahir dan tumbuh pada era perkembangan teknologi digital yang sangat pesat. Individu yang lahir antara tahun 1995 hingga 2010 ini dikategorikan sebagai *digital natives* karena sejak awal kehidupannya telah terpapar oleh inovasi teknologi yang cepat serta akses internet yang luas. Paparan tersebut menjadikan Generasi Z terbiasa menggunakan media sosial, perangkat pintar, dan berbagai layanan digital dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini secara tidak langsung membentuk pola pikir, gaya hidup, serta kecenderungan perilaku konsumsi yang memiliki karakteristik berbeda dibandingkan dengan generasi sebelumnya (Wardaliah, 2025).

Seiring dengan perkembangan zaman, pesatnya kemajuan teknologi informasi dan komunikasi membawa perubahan yang signifikan dalam tata cara Generasi Z berinteraksi dengan keuangan, di mana generasi muda saat ini menunjukkan perilaku keuangan yang berbeda dari generasi sebelumnya yang cenderung berfokus pada menabung dan berinvestasi, sementara Generasi Z lebih banyak melakukan transaksi untuk memenuhi gaya hidup, yang pada

akhirnya mendorong kecenderungan perilaku konsumtif yang impulsif (Pratama, 2025).

Berdasarkan klasifikasi tahun kelahiran Generasi Z, yaitu kelahiran tahun 1995–2010 saat ini berada pada rentang usia sekitar 16 hingga 31 tahun. Berdasarkan perspektif perkembangan yang dikemukakan oleh Santrock (2019), rentang usia tersebut mencakup dua tahap utama, yaitu remaja dan dewasa awal. Individu yang berada pada usia 20–31 tahun termasuk dalam tahap dewasa awal, yang ditandai dengan peningkatan tanggung jawab pribadi, eksplorasi dan stabilisasi karier, serta perkembangan kemandirian dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk aspek ekonomi. Pada tahap ini, individu umumnya mulai terlibat secara penuh dalam dunia kerja dan dihadapkan pada tuntutan pengambilan keputusan yang lebih kompleks, sehingga kemampuan regulasi diri dan pengelolaan keuangan menjadi semakin penting.

Sementara itu, individu yang berada pada rentang usia 16–19 tahun termasuk dalam kategori remaja akhir (Santrock, 2019). Tahap ini ditandai dengan proses pencarian identitas, perkembangan kognitif yang semakin matang, namun masih disertai ketergantungan relatif tinggi terhadap orang tua, terutama dalam aspek finansial. Kemampuan pengambilan keputusan dan pengendalian diri pada fase ini masih dalam proses perkembangan, sehingga pola konsumsi dan pengelolaan keuangan belum sepenuhnya stabil. Dengan demikian, meskipun berada dalam satu generasi yang sama, Generasi Z tidak bersifat homogen secara perkembangan. Perbedaan tahap perkembangan antara remaja akhir dan dewasa awal memengaruhi tingkat kemandirian, tanggung jawab sosial, serta kemampuan dalam mengatur perilaku, termasuk dalam konteks pengelolaan keuangan.

Perbedaan tahap perkembangan tersebut kemudian diperdalam melalui konsep *emerging adulthood* yang dikemukakan oleh Arnett yang menjabarkan terkait dengan *emerging adulthood*. *Emerging adulthood* merupakan tahap perkembangan pada rentang usia 18–25 tahun yang berada di antara remaja dan dewasa awal. Arnett (2000, 2014) menjelaskan bahwa fase ini ditandai oleh eksplorasi identitas, ketidakstabilan peran, fokus pada pengembangan diri, serta perasaan berada di antara remaja dan dewasa. Pada periode ini individu sedang berada dalam transisi menuju kemandirian, termasuk dalam aspek pendidikan, pekerjaan, dan tanggung jawab finansial. Secara normatif, *emerging adulthood* ditandai dengan peralihan dari ketergantungan pada orang tua menuju tanggung jawab pribadi (Butterbaugh et al., 2020). Namun, banyak individu pada fase ini belum mencapai stabilitas karier maupun kemandirian finansial, sehingga masih memiliki ketergantungan ekonomi yang relatif tinggi terhadap orang tua. Kondisi tersebut juga dipengaruhi oleh pengalaman finansial yang terbatas serta tingkat literasi keuangan yang belum optimal (Lusardi et al., 2009), sehingga kemampuan regulasi diri dan pengambilan keputusan keuangan masih berkembang secara bertahap.

1.3. Tujuan dan Manfaat

1.3.1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *self-control* terhadap *financial wellbeing* pada generasi Z di Kota Makassar. Serta menguji peran *financial management behavior* sebagai variabel mediasi dalam hubungan tersebut.

1.3.2. Manfaat Penelitian

1.3.2.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi atau manfaat secara teoritis, antara lain:

1. Memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi konsumen yang mengkaji hubungan antara perilaku individu dalam pola konsumsi dengan faktor-faktor psikologis yang mendasarinya.
2. Memperkaya literatur serta memperluas pemahaman mengenai hubungan antara pengendalian diri, perilaku manajemen keuangan, dan kesejahteraan finansial, terutama dalam konteks era digital yang ditandai dengan pola konsumsi yang bersifat otomatis dan instan.
3. Menambah kajian teoretis mengenai peran perilaku manajemen keuangan sebagai variabel mediasi dalam hubungan antara pengendalian diri dan kesejahteraan finansial.
4. Menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji Generasi Z dan fenomena invisible spending, khususnya pada individu dengan tingkat kemandirian finansial yang lebih tinggi.

1.3.2.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi berbagai pihak yang berkaitan dengan isu penelitian khususnya pada generasi Z. Adapun manfaat praktis dari penelitian ini antara lain:

1. Memberikan pemahaman kepada Generasi Z mengenai pentingnya pengendalian diri dan praktik pengelolaan keuangan yang baik dalam menjaga stabilitas finansial di tengah tingginya penggunaan layanan digital berlangganan.
2. Menjadi bahan pertimbangan bagi pembuat kebijakan dan penyedia layanan keuangan dalam merancang program literasi dan edukasi keuangan yang menekankan pentingnya pengendalian diri, perilaku manajemen keuangan yang sehat, serta peningkatan kesejahteraan finansial, khususnya pada Generasi Z.
3. Membantu pengguna layanan digital untuk lebih memahami mekanisme sistem langganan otomatis serta implikasinya terhadap kondisi keuangan, sehingga dapat mendorong pengambilan keputusan finansial yang lebih bijaksana.

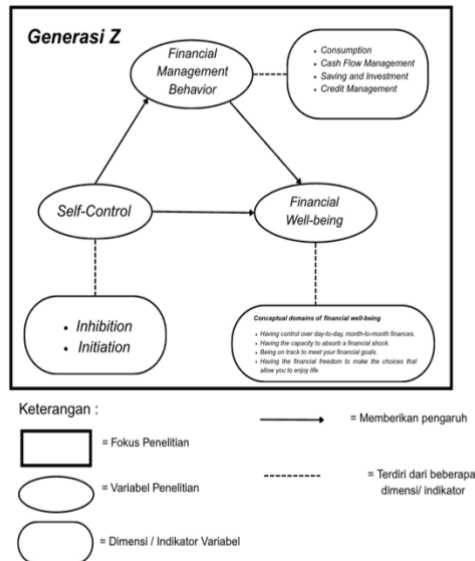
1.4. Kerangka Konseptual dan Hipotesis Penelitian

1.4.1. Kerangka Konseptual

Penelitian ini menguji hubungan antara tiga variabel utama, yaitu *self-control* sebagai variabel independen (X), *financial management behavior* sebagai variabel mediator (M) dan *financial wellbeing* sebagai variabel dependen (Y). Kerangka ini menggambarkan dua jalur pengaruh, pertama yaitu pengaruh langsung antara *self-control* terhadap *financial wellbeing* dan melalui jalur mediasi atau tidak langsung *self-control* terhadap *financial wellbeing* melalui variabel *financial management behavior*. Penelitian ini diuji pada Generasi Z sebagai kelompok yang menjadi fokus penelitian, mengingat karakteristik kelompok yang lekat dengan lingkungan konsumsi digital, intensitas penggunaan layanan keuangan berbasis teknologi.

Dalam penelitian ini, *self-control* diukur melalui dua dimensi utama, yaitu inhibisi dan inisiasi (Arifin & Milla, 2020). Dimensi Inisiasi merujuk pada kemampuan individu untuk memulai dan mempertahankan perilaku yang berorientasi pada tujuan jangka panjang, sedangkan inhibisi merupakan kemampuan untuk menahan dorongan atau godaan yang bersifat impulsif. *Financial management behavior* sebagai variabel mediasi, diukur melalui empat dimensi, yaitu manajemen kredit, manajemen arus kas, tabungan dan investasi, serta konsumsi (Amanda, 2023). Keempat dimensi tersebut merepresentasikan praktik pengelolaan keuangan individu dalam kehidupan sehari-hari. Sementara itu, *financial wellbeing* sebagai variabel dependen didefinisikan sebagai konstruk satu dimensi yang merefleksikan evaluasi subjektif individu terhadap kondisi keuangan yang dimilikinya. Variabel ini diukur berdasarkan beberapa indikator utama, yaitu kemampuan individu dalam mengendalikan kondisi keuangan harian dan bulanan, memiliki kapasitas untuk menghadapi guncangan finansial, berada pada jalur yang tepat dalam mencapai tujuan keuangan, serta memiliki kebebasan finansial untuk mengambil keputusan yang memungkinkan menikmati kehidupan (CFPB, 2015). Berdasarkan penjelasan sebelumnya, diperoleh kerangka konseptual sebagai berikut.

Gambar 1. 1 Kerangka Konseptual Penelitian



1.4.2. Hipotesis Penelitian

Dalam penelitian ini, hipotesis dirumuskan untuk menguji hubungan antara variabel *self-control*, *financial management behavior* dan *financial wellbeing*. Pengujian hipotesis dilakukan secara langsung maupun tidak langsung (mediasi). Adapun hipotesis penelitian sebagai berikut:

1.4.2.1. Hipotesis 1

H0: *Self-control* tidak berperan secara positif dalam memengaruhi *financial wellbeing*.

H1: *Self-control* berperan secara positif dalam memengaruhi *financial wellbeing*.

1.4.2.2. Hipotesis 2

H0: *Self-control* tidak berperan secara positif dalam memengaruhi *financial management behavior*.

H1: *Self-control* berperan secara positif dalam memengaruhi *financial management behavior*.

1.4.2.3. Hipotesis 3

H0: *Financial management behavior* tidak berperan secara signifikan sebagai variabel mediasi dalam hubungan antara *self-control* dan *financial wellbeing*.

H1: *Financial management behavior* berperan secara signifikan sebagai variabel mediasi dalam hubungan antara *self-control* dan *financial wellbeing*.

BAB II

METODE PENELITIAN

2.1. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan desain *cross-sectional survey*, yang mana pengumpulan data dilakukan dalam satu periode, tanpa pengukuran ulang. Penelitian dilakukan secara sistematis untuk memahami fenomena melalui pengumpulan data numerik dan pengolahan statistik guna menguji hipotesis secara objektif (Abdulah, 2015). Desain ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu melihat kontribusi/ peran antara *self-control* (X) dan *financial wellbeing* (Y), serta melihat pengaruh *financial management behavior* sebagai variabel mediator, baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap dua variabel utama.

2.2. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari *self-control* sebagai variabel independent (X), kemudian *financial wellbeing* sebagai variabel dependen (Y) dan *financial management behavior* sebagai variabel mediator. Lebih lanjut, pemilihan variabel *financial management behavior* sebagai variabel mediasi didasarkan pada variabel tersebut mampu menjelaskan mekanisme tidak langsung dari pengaruh *self-control* terhadap *financial wellbeing* (Sabri et al., 2022). Dengan begitu, penelitian ini akan melihat terlebih dahulu kontribusi *self-control* terhadap *financial wellbeing*, kemudian melihat interaksi antara *self-control* terhadap *financial wellbeing*, kemudian melihat interaksi *self-control*, *financial management behavior* dan *financial wellbeing*.

2.2.1. Financial wellbeing

2.2.1.1. Definisi Konseptual

Financial wellbeing merupakan kondisi ketika individu mampu mengelola dan menjalankan seluruh tanggung jawab keuangannya secara konsisten, memiliki rasa aman terhadap keuangan di masa mendatang, serta memiliki kebebasan untuk mengambil keputusan finansial yang mendukung kualitas hidup dan kebahagiaan individu (CFPB, 2015). Lebih lanjut oleh Oktavianus (2025) turut memperkuat definisi tersebut, bahwa *financial wellbeing* merupakan persepsi subjektif individu terhadap kemampuan mengelola keuangan, kesiapan menghadapi guncangan atau tantangan finansial, pencapaian keuangan dan fleksibilitas dalam pengambilan keputusan finansial. Sehingga secara keseluruhan *financial wellbeing* mencerminkan perasaan aman dan bebas secara finansial dalam kehidupan sekarang dan masa depan (CFPB, 2019).

2.2.1.2. Definisi Operasional

Definisi secara operasional dari variabel *financial wellbeing* dapat diukur menggunakan *financial wellbeing scale* yang dikembangkan oleh *consumer financial protection bureau* (2015). *CFPB Financial wellbeing scale* juga telah diadaptasi ke dalam konteks penelitian di Indonesia oleh Elgeka & Querry (2021). Alat ukur ini terdiri dari sepuluh aitem pertanyaan dengan lima poin skala likert. Lebih lanjut, alat ukur tersebut terdiri dari empat indikator utama, yaitu kemampuan individu mengendalikan keuangan harian dan bulanan, kesiapan menghadapi tantangan atau pengeluaran tidak terduga, posisi individu dalam mencapai tujuan keuangan jangka panjang, serta tingkat kebebasan finansial dalam mengambil keputusan hidup tanpa tekanan ekonomi yang berlebihan. Keempat indikator tersebut secara keseluruhan mencerminkan perasaan aman dan bebas secara finansial pada masa kini maupun masa depan. Skor total yang diperoleh kemudian dapat menggambarkan tingkat *financial wellbeing* individu.

Financial wellbeing dalam penelitian ini dikategorikan ke dalam lima tingkat, yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Kategori sangat rendah menggambarkan individu yang mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan keuangan, memiliki kondisi finansial yang tidak aman, serta merasa terbatas dalam mengambil keputusan keuangan yang dapat mendukung kesejahteraan hidup. Kategori rendah mencerminkan individu dengan tingkat kesejahteraan finansial yang kurang stabil, ditandai dengan keterbatasan dalam pengelolaan keuangan, perasaan kurang aman terhadap kondisi finansial yang dimiliki, serta kesulitan dalam memenuhi kebutuhan keuangan secara konsisten.

Selanjutnya, kategori sedang menunjukkan individu dengan tingkat kesejahteraan finansial yang cukup baik, yang ditandai dengan kemampuan memenuhi kebutuhan pokok dan merasa cukup aman terhadap kondisi keuangan saat ini, namun belum sepenuhnya optimal dalam merencanakan dan menjamin kestabilan keuangan jangka panjang. Kategori tinggi menggambarkan individu dengan tingkat *financial wellbeing* yang baik, yang mana individu mampu mengelola keuangan secara efektif, merasa aman terhadap kondisi finansial baik saat ini maupun di masa depan, serta mampu mengambil keputusan keuangan yang mendukung kualitas hidup. Sementara itu, kategori sangat tinggi mencerminkan individu dengan kemampuan pemenuhan kewajiban keuangan yang sangat baik, selalu merasa aman terhadap kondisi keuangannya, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang, serta memiliki kebebasan finansial dalam membuat pilihan-pilihan keuangan yang dapat meningkatkan kualitas hidup (CFPB, 2015; Elgeka, 2021).

2.2.2. Self-control

2.2.2.1. Definisi Konseptual

Self-control didefinisikan sebagai kapasitas untuk mengubah atau mengatasi kecenderungan respon dominan serta mengatur perilaku, emosi dan pikiran individu, *self-control* sebagai kemampuan utama dalam mendukung proses regulasi diri secara lebih menyeluruh dan menyesuaikan diri secara adaptif (Inzlicht et al., 2014). Lebih lanjut, *self-control* bukan hanya tentang menahan dorongan sesaat melainkan terkait cara menstimulasi respon yang diinginkan dan menekan respon sebaliknya agar selaras dengan tujuan jangka panjang (Ridder et al., 2012).

2.2.2.2. Definisi Operasional

Definisi secara operasional untuk variabel *self-control* diukur menggunakan alat ukur yang diadaptasi dari *Brief Self-Control Scale* (BSCS) yang dikembangkan oleh De Ridder dan telah disesuaikan dengan konteks budaya Indonesia oleh Arifin dan Milla (2020). Instrumen ini terdiri atas 10 item dengan skala Likert tujuh poin. Skor total yang lebih tinggi menunjukkan tingkat pengendalian diri yang semakin baik, yang tercermin dari kemampuan individu dalam mengatur perilaku secara sadar dan terarah, dan berlaku sebaliknya. Secara konseptual, Ridder (2012) mengoperasikan *self-control* sebagai konstruk yang terdiri atas dua dimensi yaitu inhibisi dan inisiasi. Dimensi inhibisi merujuk pada kemampuan individu untuk menahan dorongan impulsif dan menolak godaan yang dapat mengganggu pencapaian tujuan jangka panjang. Sementara itu, dimensi inisiasi menggambarkan kemampuan individu untuk memulai dan mempertahankan perilaku dalam mencapai suatu tujuan tertentu. Hasil analisis faktor pada studi adaptasi menunjukkan bahwa struktur dua dimensi tersebut memiliki stabilitas yang baik dan sesuai dengan karakteristik responden di Indonesia.

Lebih lanjut, berdasarkan kategorisasi skor, maka individu dengan skor sangat rendah, menggambarkan individu yang mengalami kesulitan dalam mengendalikan dorongan, emosi, dan perilaku, sehingga cenderung bertindak impulsif, sulit menunda kepuasan, dan kurang mempertimbangkan konsekuensi sebelum bertindak. Kategori rendah menunjukkan individu dengan kontrol diri yang kurang stabil, di mana individu masih mudah terpengaruh oleh dorongan sesaat dan mengalami kesulitan dalam menahan keinginan, terutama dalam situasi yang menuntut pengambilan keputusan cepat. Selanjutnya, kategori sedang mencerminkan individu dengan tingkat kontrol diri yang cukup baik, namun belum optimal. Individu pada kategori ini umumnya mampu mengatur dan menahan dorongan dalam situasi tertentu, tetapi belum konsisten dalam menerapkan kontrol diri, khususnya ketika dihadapkan pada godaan atau tekanan situasional. Kategori tinggi menggambarkan individu yang memiliki

kemampuan baik dalam mengatur perilaku, menunda kepuasan, mengendalikan emosi, serta mempertimbangkan konsekuensi sebelum bertindak. Sementara itu, kategori sangat tinggi menunjukkan individu dengan kontrol diri yang sangat kuat, ditandai oleh kemampuan yang konsisten dalam mengelola emosi, dorongan, dan perilaku, serta menyesuaikannya dengan tujuan jangka panjang. (Arifin & Milla, 2020).

2.2.3. Financial Management Behavior

2.2.3.1. Definisi Konseptual

Financial management behavior merupakan serangkaian tindakan praktik pengelolaan keuangan pribadi yang mencakup pengaturan arus kas, pengendalian pengeluaran, kegiatan menabung, investasi, serta pengelolaan utang (Mien & Thao, 2015). Konsep ini merujuk pada kemampuan individu dalam merencanakan, mengelola, memperoleh, dan menyimpan sumber daya keuangan secara efektif, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang, guna mendukung kesejahteraan dan kemandirian finansialnya (Prihartono & Asandimitra, 2018). Ameliawati & Setiyani (2018) menjelaskan bahwa individu Individu yang lebih mengutamakan keinginan dibandingkan kebutuhan, tidak melakukan pencatatan pengeluaran, tidak menyusun anggaran, serta tidak memiliki dana darurat, cenderung menunjukkan perilaku manajemen keuangan yang kurang optimal. Dengan demikian, *financial management behavior* dapat dipahami sebagai cerminan kemampuan individu dalam mengelola sumber daya keuangan sehari-hari secara terencana dan bertanggung jawab.

2.2.3.2. Definisi Operasional

Definisi secara operasional untuk variabel *financial management behavior* dalam penelitian ini diukur menggunakan alat ukur yang dikembangkan oleh Dew dan Xiao (2011), yang kemudian diadaptasi ke dalam versi bahasa Indonesia oleh Amanda (2023). Instrumen ini terdiri atas 11 item pernyataan dengan menggunakan skala Likert lima poin. Skor total yang lebih tinggi menunjukkan tingkat perilaku *financial management* yang semakin baik, dan berlaku sebaliknya. *Financial management behavior* dalam penelitian ini mencakup empat dimensi utama, yaitu manajemen kredit, manajemen arus kas, tabungan dan investasi, serta konsumsi. Secara operasional, variabel ini didefinisikan sebagai pola perilaku individu dalam mengelola sumber daya keuangan yang dimilikinya. Bentuk perilaku yang tercakup meliputi pengelolaan pendapatan dan pengeluaran harian, penyusunan anggaran, perencanaan dana pensiun dan dana darurat, serta pemanfaatan saran atau layanan konsultasi keuangan (Birkenmaier & Fu, 2019).

Kategori sangat rendah menggambarkan individu yang mengalami kesulitan signifikan dalam mengatur keuangan, ditandai dengan tidak adanya perencanaan keuangan, ketidakmampuan mengontrol pemasukan dan pengeluaran, serta sering mengalami masalah keuangan akibat pengelolaan yang tidak terstruktur. Individu pada kategori ini cenderung mengeluarkan uang

tanpa perhitungan dan tidak mempertimbangkan kondisi keuangan jangka panjang. Kategori rendah menunjukkan individu dengan perilaku manajemen keuangan yang kurang optimal. Pada kategori ini, individu cenderung belum terbiasa membuat perencanaan keuangan, kurang mampu mengontrol pengeluaran, serta sering melakukan keputusan keuangan secara impulsif. Meskipun individu memiliki kesadaran dasar terkait keuangan, perilaku pengelolaannya belum dilakukan secara konsisten.

Selanjutnya, kategori sedang mencerminkan individu dengan perilaku manajemen keuangan yang cukup memadai. Individu pada kategori ini umumnya mampu melakukan perencanaan dan pengelolaan keuangan dasar, seperti mengatur pengeluaran dan memahami kebutuhan utama. Namun demikian, perilaku pengelolaan keuangan tersebut belum sepenuhnya konsisten atau optimal, terutama dalam hal pengendalian pengeluaran dan pengalokasian dana sesuai prioritas. Kategori tinggi menggambarkan individu dengan perilaku manajemen keuangan yang baik. Individu dalam kategori ini mampu mengatur pemasukan dan pengeluaran secara terencana, menyusun perencanaan keuangan, serta membuat skala prioritas dalam pengambilan keputusan keuangan. Selain itu, individu pada kategori ini cenderung mempertimbangkan kebutuhan jangka pendek dan jangka panjang dalam mengelola keuangannya. Terakhir, kategori sangat tinggi mencerminkan individu dengan perilaku manajemen keuangan yang sangat baik. Individu pada kategori ini mampu merencanakan keuangan secara matang, mengontrol pemasukan dan pengeluaran secara konsisten, melakukan kegiatan menabung atau berinvestasi, serta mempertimbangkan konsekuensi dari setiap keputusan keuangan yang diambil. Perilaku ini menunjukkan tingkat kesadaran dan tanggung jawab finansial yang tinggi.

2.3. Partisipan Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah generasi Z yang berdomisi di Kota Makassar. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) per juni 2024 menyatakan jumlah pendudukan Kota Makassar adalah 1,48 juta jiwa dengan 65,74% atau 971,480 jiwa merupakan penduduk usia produktif (15-59 tahun) (Darmawan, 2025). Besarnya jumlah populasi mengharuskan peneliti menentukan jumlah sampel menggunakan perangkat lunak G*power versi 3.1.9.7. Berdasarkan analisis dengan asumsi ukuran efek sedang ($f^2 = 0.15$), tingkat signifikansi (α) = 0.05, power ($1 - \beta$) = 0.95, serta satu variabel prediktor, diperoleh kebutuhan minimal sampel sebesar 107 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *convenience sampling* dengan pendekatan non-probabilistik. Pemilihan metode ini didasarkan pada pertimbangan efisiensi, terutama dalam menjangkau responden dari kalangan Generasi Z yang cenderung aktif dan lebih sering berinteraksi di ranah digital. Dalam pelaksanaannya, jumlah responden yang berhasil dikumpulkan dan memenuhi kriteria penelitian adalah sebanyak 414 partisipan, namun setelah

proses *cleaning* data, jumlah akhir partisipan yang dianalisis adalah 408 orang. Lebih lanjut, responden yang termasuk dalam sampel merupakan individu yang tergolong sebagai Generasi Z, yaitu mereka yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012, serta berdomisili di Kota Makassar dan sedang berlangganan minimal dua aplikasi digital berbayar, seperti layanan streaming video, musik, atau aplikasi lain yang berbasis sistem langganan berbayar.

2.4. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey secara online dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *convenience sampling* dengan pendekatan non-probabilistik yang mana partisipan dipilih berdasarkan kemudahan akses, ketersediaan waktu, dan kesediaan untuk berpartisipasi (Etikan et al., 2016). Selain itu, penggunaan survei memungkinkan peneliti untuk memperoleh data secara sistematis dan terstruktur, sehingga memudahkan proses pengolahan serta analisis statistik pada tahap selanjutnya dalam penelitian. Pada survei tersebut, partisipan terlebih dahulu menyetujui informed consent untuk selanjutnya diarahkan ke laman kedua yang berisi data diri dan instrumen alat ukur.

2.4.1. Skala *Financial wellbeing*

Variabel *financial wellbeing* pada penelitian ini diukur menggunakan *The CFPB Financial wellbeing Scale* yang dikembangkan oleh consumer financial protection bureau pada tahun 2015 dan telah diadaptasi dalam jurnal ilmiah psikologi terapan oleh Elgeka dan Querry (2021). Skala ini didasarkan pada definisi *financial wellbeing* yang mencakup empat indikator utama, yaitu memiliki kendali atas keuangan sehari-hari dan bulanan, memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan finansial tiba-tiba, berada di jalur yang tepat untuk mencapai tujuan keuangan, serta memiliki kebebasan finansial dalam membuat pilihan hidup. Alat ukur ini terdiri dari 10 aitem dengan 5 poin skala likert dari 1 (sangat sesuai) hingga 5 (sangat tidak sesuai), yang mencerminkan sejauh mana responden menilai *financial wellbeing* pada dirinya. Salah satu contoh aitem dalam skala ini adalah “Saya dapat menangani pengeluaran tak terduga dalam jumlah besar.”

Skala untuk mengukur variabel *financial wellbeing* ini telah melewati uji validitas dan reliabilitas dalam penelitian aslinya, dengan nilai reliabilitas yaitu *cronbach's alpha* sebesar 0,805. Berdasarkan penelitian dengan sampel generasi Z di Kota Makassar diperoleh hasil uji reliabilitas dengan nilai *cronbach's alpha* berkisar 0,67. Sementara itu, diperoleh nilai rata rata *factor loading* sebesar 0,57–0,60.

2.4.2. Skala *Self-control*

Variabel *self-control* pada penelitian ini diukur menggunakan alat ukur yang dikembangkan dari brief self-control scale (BSCS) oleh De Ridder dkk (2012) yang kemudian diadaptasi ke dalam versi Indonesia oleh Arifin & Milla (2020). Skala ini terdiri atas dua dimensi utama, yaitu inisiasi yang merujuk pada

kemampuan individu untuk memulai tindakan dalam rangka mencapai tujuan jangka panjang, serta inhibisi yang berkaitan dengan kemampuan mengendalikan dorongan atau godaan. Instrumen ini terdiri dari 10 item pernyataan dengan menggunakan skala Likert tujuh poin, mulai dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 7 (sangat setuju), yang menggambarkan tingkat pengendalian diri individu. Salah satu contoh item pada skala ini adalah “Saya dapat menahan godaan dengan baik.”

Skala untuk mengukur variabel *self-control* ini telah melewati uji validitas dan reliabilitas dalam penelitian aslinya, dengan nilai reliabilitas yaitu *cronbach's alpha* sebesar 0,83 dan nilai *factor loading* yang berkisar 0,43 hingga 0,73 yang menunjukkan bahwa setiap aitem mengukur dimensi yang sesuai secara konsisten. Berdasarkan penelitian dengan sampel generasi Z di Kota Makassar diperoleh hasil uji reliabilitas dengan nilai *cronbach's alpha* berkisar 0,77. Sementara itu, diperoleh nilai rata rata *factor loading* sebesar 0,61.

2.4.3. Skala *Financial Management Behavior*

Variabel *financial management behavior* pada penelitian ini diukur menggunakan *financial management behavior scale* yang dikembangkan oleh Dew dan Xiao (2011). yang kemudian diadaptasi ke dalam versi Indonesia oleh Amanda (2023). Skala ini terdiri dari empat cakupan dimensi utama, yaitu konsumsi, manajemen arus kas, tabungan dan investasi, serta manajemen kredit. Dimensi konsumsi menggambarkan kebiasaan seseorang dalam melakukan pembelian secara bijak, seperti membandingkan harga sebelum membeli barang. Manajemen arus kas mencakup kemampuan individu dalam mencatat pengeluaran dan memastikan tagihan dibayar tepat waktu. Lebih lanjut tabungan dan investasi menunjukkan kecenderungan untuk secara rutin menyisihkan sebagian pendapatan guna keperluan masa depan. Sementara itu, manajemen kredit menilai cara individu menangani utang secara bertanggung jawab, seperti melunasi tagihan kartu kredit tanpa menunda. Alat ukur ini terdiri dari 11 aitem dengan 5 point skala likert, mulai dari 1 (tidak pernah) hingga 5 (selalu) yang mencerminkan cara individu dalam pengelolaan keuangan. Salah satu contoh aitem dari skala ini adalah “Saya menggunakan pendapatan yang saya peroleh untuk memenuhi kebutuhan primer terlebih dahulu”.

Skala untuk mengukur *financial management behavior* ini telah melewati uji validitas dan reliabilitas dalam penelitian aslinya, dengan nilai reliabilitas yaitu *cronbach's alpha* sebesar 0,81 dan nilai *factor loading* yang berkisar 0,83 hingga 1 yang menunjukkan bahwa setiap aitem mengukur dimensi yang sesuai secara konsisten. Berdasarkan penelitian dengan sampel generasi Z di Kota Makassar diperoleh hasil uji reliabilitas dengan nilai *cronbach's alpha* berkisar 0,88 dan *composite reliability* berkisar 0,90 Sementara itu, diperoleh nilai rata rata *factor loading* sebesar 0,67.

2.5. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini mencakup analisis deskriptif kuantitatif untuk menggambarkan karakteristik setiap variabel penelitian serta profil umum responden. Analisis ini menyajikan data dalam bentuk statistik deskriptif seperti nilai rata-rata, standar deviasi, dan Z-score. Melalui analisis deskriptif, data yang kompleks disederhanakan ke dalam bentuk yang lebih sistematis sehingga memudahkan pemahaman mengenai distribusi dan kecenderungan variabel yang diteliti. Selain itu, Creswell (2018), menjelaskan bahwa analisis ini digunakan sebagai tahap awal untuk merangkum dan mengorganisasi data sebelum dilakukan pengujian hubungan atau pengaruh antar variabel. Penelitian ini menggunakan analisis regresi mediasi sederhana untuk menguji hubungan dan mekanisme pengaruh antar variabel. Analisis ini digunakan untuk mengetahui peran *financial management behavior* sebagai variabel mediasi yang menjembatani kontribusi *self-control* (variabel X) terhadap *financial wellbeing* (variabel Y). Lebih lanjut analisis mediasi dipilih untuk mengetahui dan memahami mekanisme yang mendasari hubungan antara variabel independen dan variabel dependen melalui peran variabel ketiga atau mediator. Untuk meningkatkan kekuatan analisis, terutama dalam menguji efek tidak langsung dan efek mediasi, peneliti juga menggunakan bootstrap sebanyak 5000 resampling (Hayes, 2018).

2.6. Prosedur Penelitian

2.6.1. Persiapan Penelitian

Pada tahap ini, penulis memusatkan perhatian pada pencarian ide penelitian yang berkaitan dengan isu-isu dalam konteks sosial. Setelah ide penelitian dirumuskan dan dosen pembimbing ditentukan, penulis mulai menyusun proposal penelitian sambil menjalani proses bimbingan untuk memperoleh masukan dan saran dalam penyempurnaan proposal tersebut. Selanjutnya, penulis juga menyiapkan instrumen untuk setiap variabel yang akan digunakan dalam pengumpulan data. Persiapan ini mencakup permohonan izin kepada pengembang alat ukur hasil adaptasi yang digunakan, yaitu skala *self-control* oleh Arifin & Milla (2020), *financial management behavior scale* oleh Amanda (2023) dan *financial wellbeing* oleh Elgeka & Querry (2021).

2.6.2. Pengumpulan Data

Pada tahap ini, penulis melaksanakan proses pengumpulan data melalui survei daring menggunakan platform *Google Form*, juga melalui media sosial peneliti, seperti Tiktok, Instagram dan WhatsApp. Selain itu, disebarkan pula secara luring dengan memperlihatkan *barcode* instrumen penelitian. Hal tersebut dilakukan dengan tujuan menjangkau responden yang termasuk dalam kategori Generasi Z (berusia 18–27 tahun) dan berdomisili di Kota Makassar. Instrumen survei yang digunakan terdiri dari sejumlah aitem yang dikembangkan berdasarkan skala yang telah tervalidasi untuk masing-masing variabel

penelitian, yaitu skala *self-control* untuk mengukur variabel pengendalian diri, *financial management behavior scale* (FMBS) untuk menilai perilaku keuangan, serta skala *financial wellbeing*. Ketiga skala tersebut digabungkan ke dalam satu paket kuesioner daring, sehingga setiap responden diminta untuk mengisi keseluruhan instrumen pada waktu yang sama. Dalam survey online tersebut, peneliti menjamin kesukarelaan responden dengan pernyataan persetujuan pada bagian awal kuesioner.

Di akhir, setelah seluruh data selesai dianalisis, dilakukan juga penyerahan *reward* berupa *e-money* kepada 15 responden yang ditentukan secara acak menggunakan *spinwheel* sebagai bentuk apresiasi peneliti. Selain itu, responden yang bertemu langsung dengan peneliti juga menerima *snack* sebagai tanda terima kasih.

2.6.3. Analisis Data

Pada tahap pengumpulan data, diperoleh sebanyak 447 respons. Selanjutnya, peneliti melakukan proses *cleaning data* sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan, sehingga jumlah data yang dapat dianalisis menjadi 408 respons. Selanjutnya, penulis melakukan uji deskriptif, Analisis deskriptif kemudian dilakukan untuk menyajikan gambaran karakteristik demografis responden, meliputi jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan terakhir, status pekerjaan, dan pendapatan bulanan. Selain itu, analisis deskriptif juga dilakukan pada setiap variabel penelitian, yaitu *self-control*, *financial management behavior*, dan *financial wellbeing*, dengan menjumlahkan nilai minimum, maksimum, rata-rata (*mean*) dan standar deviasi dari skor total. Tahap ini bertujuan untuk memahami kecenderungan umum responden terhadap variabel-variabel yang diteliti sebelum dilakukan analisis lebih lanjut.

Setelah tahap uji deskripsi selesai, selanjutnya dilakukan analisis data statistik yang dimulai dengan uji asumsi seperti uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas dan uji heteroskedastisitas. Uji asumsi bertujuan untuk memastikan bahwa data yang digunakan memenuhi syarat-syarat dasar analisis statistik inferensial. Kemudian setelah data dipastikan ideal dan memenuhi seluruh uji asumsi, selanjutnya dilakukan uji statistik sesuai dengan rumusan hipotesis. Lebih lanjut, pengujian model mediasi sederhana dilakukan menggunakan pendekatan PROCESS Macro Model 4 yang dikembangkan oleh Andrew Hayes, juga melakukan 5.000 *bootstrap sampling*. Seluruh proses analisis dilakukan menggunakan perangkat lunak IBM SPSS versi 30.

2.6.4. Tahap Penyusunan Laporan Penelitian

Pada tahap ini, penulis menyusun seluruh hasil penelitian secara terstruktur, terkait hasil pengumpulan data, hasil analisis data, pembahasan terkait jawaban setiap hipotesis, diskusi, simpulan serta limitasi penelitian berdasarkan panduan format laporan yang telah ditentukan.

2.6.5. Waktu Pelaksanaan Penelitian

Waktu pelaksanaan penelitian ini berlangsung selama 8 bulan, terhitung sejak Juli 2025 hingga Februari 2026. Rangkaian kegiatan penelitian disusun secara bertahap, dimulai dari seminar proposal hingga seminar tutup. Lebih lanjut, setiap kegiatan telah dialokasikan di waktu tertentu sesuai dengan kebutuhan penulis dan alur penelitian.

Tabel 2. 1
Waktu Pelaksanaan Penelitian

No.	Kegiatan	Waktu Pelaksanaan							
		Juli	Agst	Sept	Okt	Nov	Des	Jan	Feb
1	Seminar Proposal								
2	Revisi Proposal								
3	Penyusunan Instrumen								
4	Pengambilan Data								
5	Analisis Data dan Revisi Laporan								
6	Seminar Hasil								
7	Revisi Laporan								
8	Penyusunan Laporan Akhir								
9	Seminar Tutup								