



Strategi Mahasiswa Menghadapi Gaya Hidup Konsumtif Melalui Budgeting

Anandita Maulidyasari Anwar ¹, Nayla Fitriya Ar Ridlwany ², Muhamad Furqon Rohimat ³ Suhendi ⁴

Program Studi Akuntansi Syariah, UIN Sunan Gunung Djati Bandung;

Abstract

Received: 10 September 2026

Revised: 15 September 2026

Accepted: 01 Oktober 2026

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis strategi mahasiswa dalam menghadapi gaya hidup konsumtif melalui penerapan budgeting serta mengidentifikasi faktor-faktor yang menghambat konsistensinya. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik wawancara mendalam terhadap sepuluh mahasiswa dari berbagai program studi di UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang dipilih secara purposive. Data dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman melalui tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah menerapkan strategi pengelolaan keuangan dasar, seperti pembagian uang saku berdasarkan kebutuhan, pencatatan pengeluaran, dan pemanfaatan aplikasi keuangan digital. Namun, konsistensi budgeting terhambat oleh faktor eksternal berupa tekanan lingkungan pertemanan, pengaruh tren media sosial, dan daya tarik promo digital, serta faktor internal berupa rendahnya kontrol diri. Kondisi ini menciptakan dilema antara disiplin pengelolaan keuangan dan dorongan pemenuhan gaya hidup konsumtif. Penelitian ini merekomendasikan penguatan literasi keuangan berbasis kampus dan peningkatan kemampuan self-control mahasiswa sebagai strategi utama untuk mencapai keseimbangan finansial yang efektif dan berkelanjutan.

Keywords: Budgeting, Mahasiswa, Perilaku Konsumtif, Literasi Keuangan, Self-Control.

(*) Corresponding Author: ananditamldy25@gmail.com, naylafitriyaaridlwany@gmail.com, muhamadfurqonr3@gmail.com, suhendi@uinsgd.ac.id

How to Cite: Maulidyasari Anwar, A., Ar Ridlwany, N. F., Furqon Rohimat, M., & Suhendi, S. (2026). STRATEGI MAHASISWA MENGHADAPI GAYA HIDUP KONSUMTIF MELALUI BUDGETING. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 12(10.A), 220-226. Retrieved from <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/14424>.

PENDAHULUAN

Pada umumnya, mahasiswa memiliki keterbatasan finansial karena masih bergantung pada uang saku atau penghasilan yang tidak tetap. Kondisi ini menuntut mahasiswa haruslah bijak dalam mengelola keuangan melalui budgeting agar dapat memenuhi kebutuhan sehari-hari secara optimal. Dengan pengelolaan keuangan yang baik, mahasiswa bisa memenuhi kebutuhannya dan bisa terhindar dari masalah keuangan sehingga bisa fokus pada studi serta aktivitas lainnya.

Namun, pada kenyataannya tidak semua mahasiswa bisa mengelola keuangan mereka dengan baik dalam kehidupan sehari-harinya. Masih banyak mahasiswa melakukan pengeluaran di luar anggaran yang sudah ditetapkan. Hal ini sering disebut perilaku konsumtif, di mana mereka cenderung melakukan pembelian secara spontan tanpa mempertimbangkan prioritas kebutuhan. Hal ini

menunjukkan kesenjangan antara pentingnya perilaku aktual mahasiswa dalam mengelola keuangan nya

Perilaku konsumtif bisa terjadi karena berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal ini meliputi psikologi, kontrol diri, gaya hidup serta kepribadian. Sedangkan faktor eksternal bisa terjadi karena pengaruh teman sebaya, iklan atau promosi pemasaran, tren sosial, serta media sosial yang turut mendorong munculnya perilaku konsumtif bagi mahasiswa sehingga dapat memengaruhi pola pengeluaran mahasiswa.

Dampak dari perilaku konsumtif ini dapat menyebabkan masalah keuangan. Selain itu, dampak masalah keuangan yang terjadi bisa menimbulkan stres secara emosional. Stres ini dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis dan mental mahasiswa. Kondisi ini menimbulkan dilema bagi mahasiswa, yaitu antara disiplin dalam mengatur keuangan dan keinginan untuk memenuhi gaya hidup konsumtif. Rendahnya literasi keuangan menjadi faktor yang memperkuat kondisi tersebut

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian masih terbatas yang secara spesifik mengkaji bagaimana mahasiswa mengatur keuangan, faktor apa saja yang memengaruhi perilaku konsumtif, serta tantangan mereka dalam menjaga keseimbangan keuangan mereka. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan tidak hanya untuk mengisi kesenjangan penelitian, tetapi juga untuk memberikan manfaat praktis berupa pemahaman bagi mahasiswa dalam mengelola keuangan secara bijak, serta menjadi referensi bagi institusi pendidikan dalam meningkatkan literasi keuangan mahasiswa.

TEORI

Pengelolaan keuangan pribadi merupakan keterampilan penting bagi mahasiswa dalam mengatur pemasukan dan pengeluaran agar kebutuhan dapat terpenuhi secara seimbang. Warsono (2010) menekankan bahwa alokasi dana harus mengikuti skala prioritas, sementara Yulianti dan Silvy (2013) menjelaskan bahwa perencanaan keuangan dapat membantu individu mencapai tujuan jangka pendek maupun jangka panjang. Selain itu, pengetahuan keuangan juga terbukti berpengaruh terhadap perilaku keuangan seseorang (Andrew, 2014), sehingga literasi keuangan menjadi salah satu dasar penting dalam membentuk strategi pengelolaan keuangan yang baik. Dalam konteks mahasiswa, kemampuan mengelola keuangan melalui budgeting dapat menjadi upaya untuk mengontrol pengeluaran serta menghindari perilaku konsumtif yang berlebihan.

Dalam perilaku konsumen, Kotler dan Keller (2016) menjelaskan bahwa keputusan pembelian dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis dan sosial. Perkembangan era digital memperkuat pengaruh tersebut karena media sosial dan e-commerce mendorong mahasiswa untuk mengikuti tren dan pola konsumsi tertentu (Aditya et al., 2020; Mustomi, 2020). Kondisi ini dapat memunculkan perilaku konsumtif, yaitu kecenderungan melakukan pembelian secara impulsif tanpa pertimbangan rasional (Lubis, 2000; Naning, 2022). Faktor internal seperti gaya hidup dan kepribadian serta faktor eksternal seperti iklan dan lingkungan pertemanan dapat memengaruhi perilaku konsumsi mahasiswa. Oleh karena itu, mahasiswa memerlukan strategi yang tepat agar mampu mengendalikan pengeluaran dan membedakan antara kebutuhan dan keinginan.

Self-control menjadi salah satu faktor yang berperan penting dalam mendukung strategi mahasiswa menghadapi gaya hidup konsumtif. Ekofani dan Paramita (2023) menekankan bahwa individu dengan tingkat kontrol diri yang tinggi cenderung lebih mampu menahan dorongan impulsif, sementara Ayuningtyas dan Irawan (2021) menunjukkan bahwa self-control dapat memediasi hubungan antara literasi keuangan dan perilaku konsumtif. Dengan demikian, kemampuan mengendalikan diri dapat membantu mahasiswa menerapkan budgeting secara lebih efektif dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan berbagai teori tersebut, dapat dipahami bahwa budgeting, literasi keuangan, dan self-control memiliki keterkaitan dalam membantu mahasiswa menghadapi gaya hidup konsumtif. Penelitian sebelumnya lebih banyak membahas perilaku konsumtif atau literasi keuangan secara terpisah, sedangkan penelitian ini berfokus pada strategi yang dilakukan mahasiswa dalam menghadapi gaya hidup konsumtif melalui penerapan budgeting.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk memahami strategi mahasiswa dalam menghadapi gaya hidup konsumtif melalui penerapan budgeting. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggali pengalaman dan pandangan mahasiswa dalam mengelola keuangan pribadi, khususnya dalam menentukan prioritas kebutuhan dan mengendalikan pengeluaran konsumtif. Populasi penelitian adalah mahasiswa yang masih bergantung pada uang saku orang tua atau memiliki penghasilan tidak tetap, dengan sampel sebanyak sepuluh mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan studi dokumentasi berupa catatan pengeluaran atau aplikasi pencatat keuangan. Instrumen utama penelitian adalah peneliti sendiri dengan bantuan pedoman wawancara semi-terstruktur yang berfokus pada strategi budgeting, faktor pendorong perilaku konsumtif, dan upaya pengendalian diri mahasiswa. Analisis data dilakukan menggunakan model Miles dan Huberman (1994) yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, sedangkan validitas data diperkuat melalui triangulasi sumber dengan membandingkan hasil wawancara antarresponden serta data pendukung lainnya.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah memiliki strategi dalam mengelola keuangan pribadi. Strategi yang paling banyak dilakukan adalah membagi uang saku berdasarkan kebutuhan pokok seperti makan, transportasi, dan kebutuhan kuliah. Beberapa mahasiswa juga membuat skala prioritas kebutuhan serta mencatat pengeluaran secara rutin, baik secara manual maupun menggunakan aplikasi pencatat keuangan. Selain itu, terdapat mahasiswa yang menyisihkan sebagian uang saku sebagai tabungan atau dana cadangan untuk kebutuhan mendesak. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa telah memiliki kesadaran mengenai pentingnya pengelolaan keuangan. Hal tersebut sejalan dengan teori Warsono (2010) yang menyatakan bahwa budgeting dilakukan dengan mengalokasikan dana berdasarkan skala prioritas kebutuhan.

Selain membagi uang saku untuk kebutuhan pokok, beberapa mahasiswa juga mencatat pengeluaran agar tidak melebihi anggaran. Praktik ini menunjukkan adanya kontrol keuangan sederhana, sejalan dengan Andrew (2014) yang menekankan bahwa literasi keuangan dapat meningkatkan perilaku keuangan yang lebih bijak. Ada pula mahasiswa yang membuat rincian kebutuhan bulanan secara tertulis, sesuai dengan Yulianti dan Silvy (2013) yang menekankan pentingnya perencanaan keuangan jangka pendek.

Sebagian mahasiswa membagi uang ke dalam beberapa kategori, misalnya untuk konsumsi, tabungan, dan investasi. Strategi ini mencerminkan teori Warsono (2010) mengenai pembagian pos anggaran dengan proporsi tertentu. Namun, ada juga mahasiswa yang hanya membuat perkiraan pengeluaran tanpa pencatatan formal, menunjukkan anggaran yang fleksibel tetapi berisiko, sebagaimana dijelaskan Cummins (2009) bahwa pengetahuan keuangan memengaruhi kualitas pengelolaan.

Di sisi lain, terdapat mahasiswa yang tidak membuat budgeting sama sekali dan menggunakan uang sesuai kebutuhan harian. Kondisi ini sesuai dengan pandangan Lubis (2000) bahwa perilaku konsumtif muncul ketika pengeluaran dilakukan tanpa pertimbangan matang. Sebaliknya, beberapa mahasiswa sudah memanfaatkan aplikasi pencatat keuangan untuk memantau pengeluaran, sejalan dengan Putra et al. (2024) yang menekankan peran media digital dalam mendukung manajemen keuangan.

Strategi lain yang muncul adalah membuat skala prioritas kebutuhan, kembali menegaskan pentingnya alokasi dana berdasarkan prioritas sebagaimana dikemukakan Warsono (2010). Ada pula mahasiswa yang menyisihkan 30–40% uang saku sebagai cadangan, menunjukkan kesadaran menabung sesuai dengan Sina dan Noya (2012) yang menekankan tabungan sebagai perlindungan risiko. Terakhir, sebagian mahasiswa membagi uang ke pos makan, kuliah, dan belanja. Meskipun pembagian ini mencerminkan teori budgeting dasar, adanya pos “belanja” menunjukkan kerentanan terhadap perilaku konsumtif.

Dalam menghadapi gaya hidup konsumtif, mahasiswa menerapkan sejumlah strategi pengendalian diri. Strategi yang paling umum adalah membatasi pengeluaran non-prioritas dan mengurangi pembelian impulsif. Beberapa mahasiswa menetapkan batas pengeluaran bulanan serta berusaha menghindari penggunaan uang untuk kebutuhan yang tidak mendesak. Ada pula yang mencoba mengendalikan diri ketika melihat promo atau tren yang sedang berkembang di media sosial, dengan cara menunda pembelian atau membandingkan kebutuhan aktual dengan keinginan sesaat.

Namun, efektivitas strategi tersebut masih beragam. Sebagian mahasiswa mengaku tetap sulit menahan diri ketika dipengaruhi oleh teman sebaya, tren fashion, atau adanya promo digital seperti *flash sale* dan gratis ongkir. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun strategi budgeting telah diterapkan, faktor eksternal masih menjadi tantangan besar dalam pengendalian perilaku konsumtif. Hal ini sejalan dengan Kotler dan Keller (2016) yang menegaskan bahwa keputusan pembelian dipengaruhi oleh faktor sosial dan psikologis. Penelitian Mustomi (2020) juga memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa media sosial dapat meningkatkan kecenderungan konsumtif mahasiswa melalui promosi dan tren digital.

Selain strategi praktis tersebut, hasil penelitian juga menegaskan bahwa keberhasilan budgeting sangat dipengaruhi oleh tingkat literasi keuangan dan self-control mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki pemahaman keuangan yang baik dan kontrol diri yang tinggi cenderung lebih disiplin dalam menjalankan anggaran yang telah dibuat. Sebaliknya, mahasiswa dengan self-control yang rendah lebih mudah tergoda oleh promosi dan tren konsumsi sehingga strategi budgeting yang diterapkan menjadi kurang efektif. Temuan ini sejalan dengan penelitian Ekofani dan Paramita (2023) yang menyatakan bahwa self-control berperan penting dalam mengendalikan perilaku konsumtif. Ayuningtyas dan Irawan (2021) juga menambahkan bahwa self-control dapat memediasi hubungan antara literasi keuangan dan perilaku konsumtif, sehingga mahasiswa dengan literasi keuangan baik tetapi kontrol diri rendah tetap berisiko mengalami masalah keuangan.

Secara keseluruhan, strategi mahasiswa dalam menghadapi gaya hidup konsumtif dapat dikategorikan sebagai upaya preventif (membatasi pengeluaran, menetapkan batas anggaran, menyisihkan tabungan) dan upaya kontrol diri (menunda pembelian, menghindari godaan promo, menggunakan aplikasi pencatat keuangan). Akan tetapi, strategi tersebut belum sepenuhnya efektif karena masih dipengaruhi oleh faktor eksternal yang kuat, seperti tekanan sosial, tren digital, dan iklan promosi. Hal ini menegaskan perlunya penguatan literasi keuangan dan self-control agar strategi yang diterapkan mahasiswa dapat berjalan lebih konsisten dan berkelanjutan. Kampus dapat berperan aktif melalui program edukasi keuangan, pelatihan budgeting, serta penyediaan aplikasi pendukung yang membantu mahasiswa mengelola keuangan secara lebih efektif.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa mahasiswa telah mengembangkan berbagai strategi budgeting untuk menghadapi gaya hidup konsumtif, mulai dari membagi uang saku berdasarkan kebutuhan pokok, mencatat pengeluaran, menyisihkan dana cadangan, hingga memanfaatkan aplikasi pencatat keuangan; strategi ini menunjukkan adanya kesadaran finansial, tetapi efektivitasnya masih beragam karena pengaruh eksternal seperti tren media sosial, promo digital, dan tekanan teman sebaya; keberhasilan budgeting sangat dipengaruhi oleh literasi keuangan dan self-control, sehingga mahasiswa dengan pemahaman keuangan yang baik dan kontrol diri tinggi lebih konsisten dalam menjalankan anggaran, sementara mahasiswa dengan kontrol diri rendah lebih mudah tergoda; oleh karena itu, penguatan literasi keuangan dan self-control menjadi kunci agar strategi mahasiswa dapat berjalan lebih efektif dan berkelanjutan, dengan dukungan kampus melalui program edukasi keuangan dan pelatihan budgeting.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, C., Kusmantini, T., & Liestyana, Y. (2020). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi penentu belanja online. *Dialektika: Jurnal Ekonomi dan Ilmu Sosial*, 5(2).
- Amalia, R. J. (2022). Analisis perilaku konsumtif dan daya beli konsumen terhadap belanja online di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Ekonomi dan Bisnis*

- Islam*, 4(1), 1–16.* <https://doi.org/10.24239/jiebi.v4i1.87.1-16> ([doi.org in Bing](#))
- Andrew, V., & Linawati, N. (2014). Hubungan faktor demografi dan pengetahuan keuangan dengan perilaku keuangan karyawan swasta di Surabaya. *Finesta*, 2(2), 35–39.
- Ayuningtyas, M. F., & Irawan, A. (2021). The influence of financial literacy on Bandung Generation Z consumers' impulsive buying behavior with self-control as mediating variable. *Asian International Journal of Business and Social Sciences*, 3(9), 155–171.* <https://doi.org/10.35631/AIJBS.39012> ([doi.org in Bing](#))
- Cummins, J. (2009). Financial literacy and personal success. *Journal of Economic Perspectives*, 23(4), 45–60.
- Dewi, L. (2022). Pengelolaan keuangan personal, faktor yang memengaruhi dan faktor pemoderasi. *Acitya: Jurnal Vokasi Bisnis Digital, Akuntansi Lembaga Keuangan Syariah dan Usaha Perjalanan Wisata*, 1(1), 16–25.* <https://doi.org/10.70871/acitya.v1i1.8> ([doi.org in Bing](#))
- Ekofani, A. R. R., & Paramita, R. A. S. (2023). Pengaruh literasi keuangan, gaya hidup, kontrol diri, dan sikap keuangan terhadap pengelolaan keuangan FEB UNESA. *Arbitrase: Journal of Economics and Accounting*, 4(1), 60–69.* <https://doi.org/10.47065/arbitrase.v4i1.1022> ([doi.org in Bing](#))
- Hayati, A., Yusuf, A. M., & Asnah, M. B. (2020). Contribution of self-control and peer conformity to consumptive behavior. *International Journal of Applied Counseling and Social Sciences*, 2(1), 16–24.* <https://doi.org/10.24036/005344ijaccs> ([doi.org in Bing](#))
- Kotler, P., & Keller, K. L. (2016). *Marketing Management* (15th ed.). Pearson Education.
- Kurniawan, C. (2017). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku konsumtif ekonomi pada mahasiswa. *Jurnal Media Wahana Ekonomika*, 13(4).
- Lestarina, E., et al. (2017). Perilaku konsumtif di kalangan remaja. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2).
- Lubis, S. (2000). *Hukum Ekonomi Islam*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Manalu, D. S. T., Arawinda, A. N., Nurul, A., Fitriyani, F., Salsabilla, K., Shafwa, M., & Nengri, N. (2024). Analisis perilaku konsumen dalam pengambilan keputusan pembelian kopi di Kopi Vokasi. *Journal Sains Student Research*, 2(3), 248–257.* <https://doi.org/10.61722/jssr.v2i3.1344> ([doi.org in Bing](#))
- Moleong, L. J. (2007). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Edisi Revisi). Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mustomi, D., & Puspasari, A. (2020). Pengaruh media sosial terhadap perilaku konsumtif mahasiswa. *Cermin: Jurnal Penelitian*, 4(1), 133–147.* https://doi.org/10.36841/cermin_unars.v4i1.496 ([doi.org in Bing](#))
- Naning, F. (2022). *E-commerce dan perilaku konsumtif*. Jawa Timur: IAIN Kediri Press.
- Niam, M. F., Rumahlewang, E., Umiyati, H., Dewi, N. P. S., Atiningsih, S., Haryati, T., Magfiroh, I. S., Anggraini, R. I., Mamengko, R. P., Fathin, S., Mola, M. S. R., Syaifudin, A. A., & Wajdi, F. (2024). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: Widina Media Utama.

- Nirmala, W., Pratama, L., Tambunan, A. A., Ulfazah, S. N., Rahmawati, W., Rahman, M. H., Masta, P. K., Agus, C., Ainun, N. A., Umar, & Muda, F. P. (2025). *Metode penelitian kualitatif*. Padang: CV Gita Lentera.
- Putra, R. A., Setiawati, R., & Firmansyah. (2024). The influence of financial literacy and the use of social media on personal financial management in students of the Management Study Program Faculty of Economics and Business Universitas Jambi. *Journal of Business Studies and Management Review*, 8(1), 77–81.* <https://doi.org/10.22437/jbsmr.v8i1.37006> ([doi.org in Bing](https://doi.org/10.22437/jbsmr.v8i1.37006))
- Rahmat, H., & Apriadi, D. (2025). Pengaruh citra brand lokal dan kualitas produk terhadap keputusan pembelian konsumen pada brand lokal (Dobujack). *Jurnal Publikasi Ekonomi dan Akuntansi*, 5(1).
- Sina, I., & Noya, A. (2012). Perencanaan keuangan pribadi dan kesejahteraan finansial. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 5(1), 45–56.
- Warsono, S. (2010). *Manajemen Keuangan Pribadi*. Yogyakarta: BPFE.
- Yulianti, N., & Silvy, M. (2013). Perencanaan keuangan dan kesejahteraan keluarga. *Jurnal Manajemen dan Bisnis*, 5(2), 112–120.