



PUBLISHER: <https://journal.adlermanurungpress.com/>

DOI: <https://doi.org/10.63607/jcmb.v14i1>

PENGARUH GAYA HIDUP KONSUMTIF, SOCIAL MEDIA EXPOSURE, DAN KONTROL DIRI TERHADAP FINANSIAL STRESS PADA GENERASI Z

**Nurma Sagita Sari¹, Sabrina Nurhaliza², Ghina Luthfiyatul Azizah³, Nurul Maharani⁴,
Teektista Eillyn Cathlya⁵, Lukman Hakim Sangapan⁶**

¹²³⁴⁵⁶Program Studi S1 Akuntansi, Institut Bisnis Dan Komunikasi Swadaya (SWINS)

Email: nurmasagitas@gmail.com¹, sabrinanur5604@gmail.com²,

ghinaluthfiyatulazizah2109@gmail.com³, nuru4615@gmail.com⁴, teektistaeillyn311@gmail.com⁵,

lukayhakim80@gmail.com⁶

Alamat: Jl. Raya Jatiwaringin No.36, Cipinang Melayu, Kec. Makasar, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 13620 Indonesia

Korespondensi Penulis: nurmasagitas@gmail.com

Abstrak

Perilaku konsumsi dan keuangan Generasi Z telah berubah karena kemajuan teknologi digital dan media sosial, yang dapat meningkatkan tekanan keuangan. Karena dapat memengaruhi kesehatan mental dan kemampuan seseorang untuk mengelola keuangan mereka sendiri, stres keuangan menjadi masalah penting. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk melihat bagaimana gaya hidup konsumtif Generasi Z, keterlibatan sosial media, dan kontrol diri berdampak pada stres keuangan. Penelitian ini dilakukan melalui pendekatan kuantitatif dan menggunakan desain penelitian asosiatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gaya hidup konsumtif, keterlibatan sosial media, dan kontrol diri secara bersamaan meningkatkan tingkat stres keuangan. Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner kepada 116 orang dari Generasi Z dan dianalisis dengan regresi linear berganda menggunakan SPSS. Gaya hidup konsumtif dan keterlibatan sosial media tidak mempunyai pengaruh yang signifikan, tetapi kontrol diri mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap stres keuangan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor internal, kontrol diri, lebih

dominan daripada faktor eksternal, dalam mengelola tekanan finansial Generasi Z. Penelitian ini juga membantu mengembangkan penelitian perilaku keuangan dan menjadi dasar untuk membuat program literasi keuangan yang berfokus pada penguatan kontrol diri. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memasukkan variabel lain dan menggunakan metodologi yang sama.

Kata Kunci: financial stress, gaya hidup konsumtif, social media exposure, kontrol diri, Generasi Z

Abstract

The consumption and financial behavior of Generation Z has shifted due to advances in digital technology and social media, which may increase financial pressure. Financial stress has become a significant issue as it can affect mental health and an individual's ability to manage personal finances. This study aims to examine the effects of a consumptive lifestyle, social media engagement, and self-control on financial stress among Generation Z. This research employs a quantitative approach with an associative research design. The results indicate that consumptive lifestyle, social media engagement, and self-control simultaneously influence the level of financial stress. Data were collected through questionnaires distributed to 116 Generation Z respondents and analyzed using multiple linear regression with SPSS. The findings reveal that consumptive lifestyle and social media engagement do not have a significant effect on financial stress, whereas self-control has a significant effect. These results suggest that internal factors, particularly self-control, play a more dominant role than external factors in managing financial pressure among Generation Z. This study contributes to the development of financial behavior research and provides a basis for designing financial literacy programs that emphasize strengthening self-control. Future research is recommended to include additional variables and apply similar methodologies.

Keywords: financial stress, consumptive lifestyle, social media exposure, self-control, Generation Z

PENDAHULUAN

Globalisasi dan peningkatan teknologi digital telah membawa perubahan besar terhadap gaya hidup masyarakat yang modern, terutama dalam hal bagaimana orang menghabiskan uang dan mengelola keuangan mereka. Budaya konsumtif di berbagai kelompok usia semakin kuat karena

digitalisasi sistem pembayaran, kemudahan e-commerce, dan peningkatan penggunaan media sosial. Fenomena ini menjadi perhatian global karena perilaku konsumtif yang tidak terkendali berpotensi menyebabkan masalah keuangan jangka panjang, termasuk meningkatnya financial stress. Financial stress berdampak pada kesehatan mental, produktivitas, dan kesejahteraan sosial secara keseluruhan, selain pada kondisi ekonomi seseorang.

Perubahan ini paling berdampak pada Generasi Z. Generasi ini tumbuh dan berkembang di ekosistem digital yang sangat kompetitif, dengan paparan media sosial yang luas dan akses instan ke berbagai barang dan jasa konsumsi. Generasi Z adalah kelompok dengan paparan media sosial tertinggi dibandingkan generasi lainnya, dengan menghabiskan lebih dari tiga jam dalam sehari di media social, menurut pernyataan dari Global Web Index dan DataReportal. Melalui fenomena perbandingan sosial, ketakutan kehilangan sesuatu (FOMO), dan keinginan untuk mengikuti tren di media sosial yang ditampilkan oleh influencer dan kelompok teman, situasi ini mendorong gaya hidup konsumtif.

Generasi Z seringkali tidak memiliki kemampuan pengelolaan keuangan yang baik karena gaya hidup mereka yang konsumtif. Dengan pendapatan yang relatif terbatas tetapi tuntutan gaya hidup yang tinggi, banyak orang dalam kelompok ini sedang dalam fase transisi menuju kemandirian finansial. Studi yang dikaji oleh Lim et al. (2020) menunjukkan adanya kebiasaan konsumtif yang berlebihan berkorelasi positif dengan tingkat stres keuangan, terutama pada orang muda. Kecemasan tentang kondisi keuangan mereka, kesulitan memenuhi kebutuhan pokok, dan ketidakmampuan untuk menabung atau merencanakan keuangan jangka panjang adalah beberapa contoh stres keuangan yang dialami Gen Z.

Sosial media adalah bagian penting dari gaya hidup konsumtif Generasi Z dan tekanan finansial yang ditimbulkannya. Media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, melainkan juga berperan sebagai platform pemasaran dan juga simbol status sosial. Pemaparan konten konsumtif berulang dapat menyebabkan persepsi kebutuhan semu dan perilaku impulsif. Menurut penelitian yang dikaji oleh Dittmar et al. (2014) dan Verduyn et al. (2020), tingkat penggunaan media sosial yang tinggi berkorelasi dengan peningkatan tekanan psikologis dan ketidakpuasan keuangan.

Namun, konsekuensi negatif gaya hidup konsumtif dan keterlibatan media sosial tidak bersifat deterministik; ada komponen internal, salah satunya adalah kontrol diri. Kemampuan seseorang untuk mengontrol emosi mereka, menunda kepuasan, dan membuat pilihan yang logis dikenal

sebagai kontrol diri. Menurut Tangney et al. (2004), orang yang mempunyai kontrol diri yang tinggi umumnya mampu mengelola keuangan secara lebih sehat sehingga mengalami tingkat stres yang lebih rendah. Kontrol diri sangat penting bagi Generasi Z untuk menghadapi tekanan konsumtif di era internet.

Studi sebelumnya biasanya hanya meneliti faktor gaya hidup konsumtif, penggunaan media sosial, dan stres keuangan secara parsial. Beberapa penelitian hanya berfokus pada hubungan dua faktor, seperti hubungan antara media sosial dan stres psikologis atau antara kontrol diri dan perilaku konsumtif. Selain itu, penelitian kuantitatif yang menguji ketiga variabel tersebut secara bersamaan dalam satu model penelitian masih sangat sedikit, terutama yang melihat Generasi Z di negara berkembang. Untuk memahami bagaimana interaksi antara elemen internal dan eksternal memengaruhi stres keuangan, kekurangan penelitian ini menunjukkan bahwa diperlukan kajian empiris yang lebih mendalam.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mempelajari bagaimana gaya hidup konsumtif Generasi Z, keterlibatan dalam sosial media, dan kontrol diri terhadap stres keuangan. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur tentang perilaku keuangan dan psikologi konsumen dengan mengintegrasikan faktor sosial dan psikologis ke dalam penjelasan tentang stres keuangan. Secara praktis, temuan penelitian ini dapat menjadi dasar bagi institusi yang mengajarkan siswa bagaimana mengatasi stres keuangan.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut (1) Bagaimana tingkat financial stress yang dialami oleh Generasi Z di era digital? (2) Apakah gaya hidup konsumtif berpengaruh terhadap financial stress pada Generasi Z? (3) Apakah social media exposure berpengaruh terhadap financial stress pada Generasi Z? (4) Apakah kontrol diri berpengaruh terhadap financial stress pada Generasi Z? (5) Apakah gaya hidup konsumtif, social media exposure, dan control diri secara simultan berpengaruh terhadap financial stress pada Generasi Z?

Tujuan dari penelitian ini yaitu (1) Untuk mengidentifikasi tingkat financial stress yang dialami oleh Generasi Z di era digital. (2) Untuk menganalisis pengaruh gaya hidup konsumtif terhadap financial stress pada Generasi Z. (3) Untuk menganalisis pengaruh social media exposure terhadap financial stress pada Generasi Z. (4) Untuk menganalisis pengaruh kontrol diri terhadap financial stress pada Generasi Z. (5) Untuk menganalisis pengaruh gaya hidup konsumtif, social media exposure, dan kontrol diri secara simultan terhadap financial stress pada Generasi Z.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan empat variabel, yaitu gaya hidup konsumtif (X1), social media exposure (X2), kontrol diri (X3) sebagai variabel independen, serta financial stress (Y) sebagai variabel dependen. Definisi operasional disusun berdasarkan teori dan penelitian terdahulu, serta disesuaikan dengan konteks Generasi Z di era digital.

Gaya Hidup Konsumtif (X1) Definisi Konseptual Gaya hidup konsumtif merupakan pola perilaku individu dalam melakukan konsumsi barang dan jasa secara berlebihan, lebih didorong oleh keinginan daripada kebutuhan, serta cenderung mengutamakan kepuasan sesaat (Sumartono, 2002; Kotler & Keller, 2016). **Definisi Operasional** Dalam penelitian ini, definisi operasional gaya hidup konsumtif diukur oleh tingkat kecenderungan responden untuk mengikuti tren, membeli sesuatu secara impulsif, dan menggunakan uang sebagai sarana untuk mencapai kepuasan dan citra diri.

Social Media Exposure (X2) Definisi Konseptual Sosial Media Exposure Terpapar konten media sosial, termasuk iklan, influencer, dan gaya hidup konsumtif, yang dapat memengaruhi sikap dan perilaku seseorang disebut paparan media sosial (Kaplan & Haenlein, 2010) **Definisi Operasional** dalam penelitian ini yaitu Berbagai faktor, termasuk intensitas interaksi, frekuensi penggunaan media sosial, dan paparan konten promosi dan gaya hidup yang diterima responden, digunakan untuk mengukur paparan media sosial.

Kontrol Diri (X3) Definisi Konseptual kontrol diri. Dorongan, emosi, dan perilaku mereka saat mereka membuat keputusan, termasuk menunda kepuasan dan mengelola keuangan, dikenal sebagai kontrol diri (Tangney et al., 2004). **Definisi Operasional** penelitian ini untuk melihat Kemampuan responden untuk mengontrol keinginan mereka untuk membeli sesuatu, membuat keputusan keuangan yang logis, dan mengontrol keinginan mereka untuk membeli sesuatu diukur sebagai ukuran kontrol diri.

Financial Stress (Y) Definisi Konseptual Financial stress adalah gangguan psikologis yang disebabkan oleh ketidakmampuan seseorang untuk mengelola pengeluaran mereka, memenuhi kebutuhan mereka, atau menghadapi ketidakpastian finansial (Xiao & O'Neill, 2018). **Definisi Operasional** Financial stress diukur berdasarkan tingkat kecemasan, kekhawatiran, dan tekanan yang dirasakan responden tentang masalah keuangan pribadi mereka.

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur
Gaya Hidup Konsumtif (X1)	Tingkat kecenderungan responden dalam melakukan konsumsi berlebihan yang didorong oleh keinginan dan tren	1. Pembelian impulsif 2. Orientasi pada tren 3. Konsumsi untuk kepuasan diri 4. Pengeluaran tanpa perencanaan 5. Prioritas gaya hidup	Kuesioner tertutup
Social Media Exposure (X2)	Tingkat intensitas dan frekuensi responden dalam terpapar konten media sosial	1. Frekuensi penggunaan media sosial 2. Durasi penggunaan 3. Paparan iklan 4. Pengaruh influencer 5. Interaksi dengan konten konsumtif	Kuesioner tertutup
Kontrol Diri (X3)	Kemampuan responden dalam mengendalikan dorongan dan mengambil keputusan keuangan secara rasional	1. Pengendalian impuls 2. Kemampuan menunda kepuasan 3. Perencanaan keuangan 4. Pengambilan keputusan rasional 5. Disiplin pengeluaran	Kuesioner tertutup
Financial Stress (Y)	Tingkat tekanan psikologis responden yang berkaitan dengan kondisi keuangan	1. Kecemasan keuangan 2. Kesulitan memenuhi kebutuhan 3. Kekhawatiran masa depan finansial 4. Tekanan akibat pengeluaran	Kuesioner tertutup

		5. Ketidaknyamanan kondisi keuangan	
--	--	-------------------------------------	--

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, sehingga data yang dikumpulkan merupakan data kuantitatif yang dapat diukur dan dianalisis secara numerik. Tujuan dari penelitian ini untuk menguji secara objektif dan terukur pengaruh gaya hidup konsumtif Generasi Z, keterlibatan dalam sosial media, dan kontrol diri terhadap financial stress.

Penelitian ini menggunakan kuesioner (angket) sebagai Teknik pengumpulan data utama. Kuesioner ini disusun dalam bentuk pernyataan tertutup yang berkaitan dengan variabel penelitian, seperti konsumsi gaya hidup, keterlibatan sosial media, kontrol diri, dan gaya hidup konsumtif.

Data primer kuantitatif yang diperoleh langsung oleh Generasi Z melalui pengisian kuesioner yaitu jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini. Skala Likert lima poin digunakan untuk mengukur setiap pernyataan, mulai dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Tujuan penggunaan skala ini adalah untuk memudahkan proses pengkodean dan analisis data statistik serta untuk menunjukkan secara lebih akurat tingkat intensitas sikap dan persepsi responden.

Instrumen penelitian dibangun berdasarkan teori dan penelitian terdahulu yang relevan untuk memastikan bahwa data valid dan dapat diandalkan. Sebelum digunakan secara luas, kuesioner pertama kali diuji melalui uji validitas dan reliabilitas untuk mengetahui kemampuan setiap item untuk mengukur konstruk yang dimaksud. Apabila semua item memiliki nilai Cronbach's Alpha yang memenuhi kriteria reliabilitas dan nilai korelasi mereka di atas batas minimum, alat tersebut dianggap layak digunakan.

Pengumpulan data ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada peserta yang memenuhi kriteria penelitian, yaitu anggota Generasi Z. Kuesioner disebarluaskan secara online menggunakan media digital untuk menyesuaikan dengan demografi responden yang akrab dengan teknologi dan untuk meningkatkan jumlah respons. Sebelum responden mengisi instrumen, mereka diberi penjelasan singkat tentang tujuan penelitian, kerahasiaan data, dan prosedur pengisian kuesioner.

Selama proses pengumpulan data, peneliti memastikan kelengkapan jawaban agar tidak ada informasi yang tidak lengkap atau tidak konsisten. Selanjutnya, data yang dikumpulkan dikodekan dan dimasukkan ke dalam perangkat lunak statistik untuk dianalisis lebih lanjut. Diharapkan bahwa data yang dikumpulkan melalui proses pengumpulan yang sistematis dan terkontrol ini bersifat valid, kredibel, dan relevan dengan tujuan penelitian. Dengan demikian, data tersebut

dapat memberikan gambaran empiris yang akurat tentang bagaimana gaya hidup konsumtif Generasi Z, keterlibatan dalam sosial media, dan kontrol diri terhadap stres finansial

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini melibatkan 116 responden Generasi Z, dengan data yang dikumpulkan melalui kuesioner yang disebarakan secara langsung maupun melalui internet. Mayoritas responden berada di rentang usia 18 hingga 23 tahun, yang merupakan periode transisi menuju kemandirian keuangan. Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden perempuan, dengan sedikit responden laki-laki. Sebagian besar responden adalah pelajar atau mahasiswa, sementara yang lain adalah karyawan swasta, pekerja lepas, atau wirausaha. Karakteristik ini menunjukkan bahwa sampel penelitian cukup representatif untuk menggambarkan keadaan keuangan Generasi Z, yang masih berada di tahap awal kehidupan finansial mereka.

Dengan menggunakan statistik deskriptif, kami dapat melihat kecenderungan yang ditunjukkan responden terhadap variabel penelitian: gaya hidup konsumtif (X1), paparan sosial media (X2), kontrol diri (X3), dan tekanan keuangan (Y). Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa nilai rata-rata (mean) untuk variabel gaya hidup konsumtif adalah 14,24, paparan sosial media sebesar 16,28, kontrol diri sebesar 17,00, dan tekanan keuangan sebesar 15,84. Nilai rata-rata ini menunjukkan kecenderungan yang memiliki tingkat paparan media sosial dan kontrol diri yang relatif tinggi, disertai tingkat financial stress yang berada pada kategori sedang. Sementara itu, nilai median masing-masing variabel berada pada angka 3–4, yang menandakan distribusi data relatif merata

Nilai modus untuk sebagian besar item kuesioner berada pada angka 4, menunjukkan bahwa mayoritas responden cenderung setuju dengan pernyataan. Hal ini menunjukkan bahwa Generasi Z memiliki kecenderungan untuk berperilaku konsumtif dan menggunakan media sosial dengan intensitas yang tinggi. Selain itu, rentang skor jawaban responden menunjukkan variasi yang signifikan, sehingga data yang dikumpulkan dapat menunjukkan perbedaan dalam keadaan keuangan dan psikologis setiap orang. Secara keseluruhan, statistik deskriptif ini menunjukkan bahwa stres keuangan adalah masalah yang nyata bagi Generasi Z.

Sebelum menguji hipotesis, data diuji validitas dan reliabilitas. Hasil uji validasi menunjukkan bahwa semua item pernyataan untuk keempat variabel mempunyai nilai r hitung lebih besar dari r tabel (0,1809), yang menunjukkan bahwa semua item dinyatakan valid. Uji

reliabilitas juga menghasilkan nilai Cronbach's Alpha diatas 0,60 untuk semua variabel, dengan exposure pada sosial media dan gaya hidup konsumtif menerima nilai tertinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa alat penelitian ini memiliki tingkat konsistensi internal yang baik dan layak digunakan untuk analisis lebih lanjut.

Untuk memastikan kelayakan model regresi, pengujian asumsi konvensional dilakukan. Meskipun nilai signifikansi untuk beberapa variabel di bawah 0,05, uji normalitas residual menunjukkan bahwa data residual mendekati distribusi normal. Namun demikian, masih ada ruang untuk analisis lebih lanjut berdasarkan pendekatan regresi residual. Tidak ada heterokedastisitas, menurut uji heterokedastisitas, karena semua nilai signifikansi variabel independen berada di atas 0,05. Selain itu, hasil uji multikolinieritas menunjukkan bahwa tidak ada hubungan linear yang berlebihan antarvariabel independent, karena nilai Tolerance lebih dari 0,10 dan VIF kurang dari 10.

Uji koefisien determinasi (R^2) menunjukkan nilai 0,406 yang menunjukkan bahwa variabel gaya hidup konsumtif, keterlibatan sosial media, dan kontrol diri masing-masing menyumbang 40,6% dari variasi financial stress Generasi Z. Sebesar 59,4% terakhir dipengaruhi oleh variable yang tidak termasuk dalam model penelitian. Ketiga variable independent berpengaruh secara bersama-sama pada tingkat stres keuangan, seperti yang ditunjukkan oleh uji F, yang menunjukkan nilai signifikansi 0,000. Oleh karena itu, dinyatakan bahwa model regresi linear berganda yang digunakan dalam penelitian ini layak.

Hasil uji t (Partial) menunjukkan bahwa variable gaya hidup konsumtif dan keterlibatan media sosial tidak memiliki pengaruh signifikan secara partial terhadap financial stress. Sebaliknya, variable kontrol diri memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap stress keuangan dengan nilai signifikansi 0,000. Secara keseluruhan, hasil statistic deskriptif dan analisis inferensial menunjukkan pola bahwa, meskipun Generasi Z memiliki gaya hidup konsumtif dan paparan media sosial yang tinggi, kemampuan kontrol diri lebih penting daripada faktor eksternal dalam menekan tingkat financial stress mereka.

Tujuan penelitian adalah untuk menguji hubungan sebab-akibat antarvariabel secara objektif dan terukur, dan tujuan dari pertanyaan ini yaitu untuk menemukan jawaban atas penelitian mengenai pengaruh gaya hidup konsumtif Generasi Z, keterlibatan dalam media sosial, dan kontrol diri terhadap tingkat stres keuangan. Oleh karena itu, data dianalisis secara kuantitatif dan digunakan metode analisis statistik inferensial menggunakan program SPSS.

Uji kualitas data memulai analisis data. Ini termasuk uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian. Uji validitas dan reliabilitas digunakan untuk memastikan bahwa setiap item pernyataan memiliki kemampuan untuk mengukur konstruk yang dimaksud. Di sisi lain, uji reliabilitas digunakan untuk memastikan bahwa jawaban responden konsisten. Hasil analisis menunjukkan bahwa pernyataan secara keseluruhan memiliki value korelasi yang lebih besar dari nilai r tabel. Oleh karena itu, pernyataan tersebut dianggap valid. Selain itu, semua variable mempunyai nilai cronbach's alpha yang lebih tinggi daripada batas minimum yang ditetapkan, yang menunjukkan bahwa alat penelitian tersebut dapat dianggap reliabel. Tujuan dari tahap ini yaitu untuk memastikan bahwa data yang dianalisis layak dan dapat diandalkan untuk menjawab pertanyaan penelitian.

Selanjutnya, analisis statistik deskriptif dilakukan guna memberikan Gambaran tentang karakteristik responden dan kecenderungan yang ditemukan dalam data untuk setiap variabel penelitian. Nilai rata-rata (mean), median, modus, dan rentang skor adalah komponen statistik deskriptif. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk memberikan gambaran awal tentang karakteristik generasi Z, termasuk intensitas paparan media sosial, tingkat kontrol diri, dan tingkat financial stress. Hasil dari statistic deskriptif menunjukkan bahwa responden memiliki paparan media sosial yang relatif tinggi dan tingkat kontrol diri. Sebelum pengujian hubungan antarvariabel dilakukan, temuan ini memberikan konteks empiris.

Uji asumsi klasik digunakan untuk melanjutkan analisis, yang diperlukan untuk analisis regresi linear berganda. Uji heterokedastisitas menentukan apakah ada ketidaksamaan varians residual. Uji normalitas memastikan distribusi data residual mendekati normal. Uji multikolinieritas juga digunakan untuk memastikan tidak adanya korelasi tinggi antara variable independen. Hasil pengujian menunjukkan model regresi memenuhi asumsi klasik. oleh karena itu, analisis regresi linear berganda dapat dilakukan lebih lanjut. Tahap ini dimaksudkan untuk menjamin bahwa hasil pengujian hipotesis tidak bias secara statistik.

Tujuan pengujian hipotesis utama yaitu guna mengetahui pengaruh variable independent terhadap variable dependen secara simultan dan parsial. Ini dilakukan dengan melalui analisis regresi linear berganda. Pertanyaan penelitian mengenai pengaruh ketiga variabel independen secara bersamaan terhadap financial stress dijawab dengan uji F. Hasilnya menunjukkan bahwa nilai signifikansi dibawah dari 0,05, yang menunjukkan bahwa gaya hidup konsumtif keterlibatan

sosial media, dan kontrol diri secara bersamaan berpengaruh secara signifikan terhadap finansial stress. Oleh karena itu, hipotesis simultan dalam penelitian ini diterima.

Selanjutnya, pertanyaan tentang pengaruh masing-masing dari variabel independen terhadap stres keuangan dijawab dengan uji t (parsial). Hasil dari analisis menunjukkan bahwa kedua variabel gaya hidup konsumtif dan keterlibatan sosial media tidak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap finansial stress. Sebaliknya, pada variabel kontrol diri mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap finansial stress, jadi hipotesis bahwa kontrol diri berpengaruh terhadap finansial stress diterima. Mengidentifikasi variabel yang dominan dalam model penelitian adalah tujuan dari analisis ini.

Terakhir, uji koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk memperkuat analisis data. Ini digunakan untuk menentukan besarnya kontribusi pada variabel independen dalam menjelaskan variabel dependen. Hasil analisis tersebut yaitu model mampu menjelaskan sebagian dari perbedaan dalam tingkat stres keuangan Generasi Z. sebaliknya variabel lain yang tidak masuk pada penelitian memengaruhi tingkat stres keuangan Generasi Z. Secara keseluruhan, hasil analisis data menunjukkan bahwa penelitian ini menjawab pertanyaan penelitian dan memberikan bukti empiris bahwa kontrol diri internal memiliki pengaruh yang lebih besar daripada pengaruh faktor eksternal pada stres keuangan. Hasil ini mendukung sebagian hipotesis penelitian dan memberikan dasar yang kuat untuk diskusi dan implikasi kebijakan yang akan dibahas di bagian berikutnya.

PEMBAHASAN

Uji Validitas

Uji validitas merupakan proses yang dilakukan untuk mengevaluasi pada alat ukur untuk sejauh mana alat ukur mampu menghasilkan data yang akurat dan sesuai dalam mengukur hal yang memang dimaksud untuk diukur (Sugiono, Noerdjanah, & Wahyu, 2020). Proses pengujian dilakukan dengan cara mengamati hubungan korelasi antara skor pada setiap butir pernyataan dengan skor total keseluruhan. Penelitian ini melibatkan 116 responden dalam proses pengujian validitas. Selanjutnya, koefisien korelasi dihitung untuk mengetahui apakah hubungan tersebut bersifat positif. Jika nilai r hitung lebih besar atau sama dengan r table (r hitung $\geq r$ table) dan memiliki tanda positif, maka pernyataan dalam kuesioner dianggap valid. Sebaliknya, jika r hitung lebih kecil dari r table (r hitung $< r$ table) dan bernilai negative, maka butir pernyataan tersebut dinyatakan tidak valid. Hasil dari uji validitas ditunjukkan dalam tabel berikut:

Tabel 2. Uji validitas

a. Terhadap Financial Stress pada Generasi Z (Y)

No	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0.411	0.1809	Valid
2	0.782	0.1809	Valid
3	0.367	0.1809	Valid
4	0.773	0.1809	Valid
5	0.754	0.1809	Valid

b. dan Kontrol Diri (X3)

No	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0.601	0.1809	Valid
2	0.617	0.1809	Valid
3	0.638	0.1809	Valid
4	0.753	0.1809	Valid
5	0.630	0.1809	Valid

c. Social Media Exposure (X2)

No	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0.757	0.1809	Valid
2	0.800	0.1809	Valid
3	0.808	0.1809	Valid
4	0.738	0.1809	Valid
5	0.693	0.1809	Valid

d. Pengaruh Gaya Hidup Konsumtif (X1)

No	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0.809	0.1809	Valid
2	0.823	0.1809	Valid
3	0.820	0.1809	Valid
4	0.796	0.1809	Valid
5	0.740	0.1809	Valid

Berdasarkan table 2, seluruh pernyataan pada kuesioner menunjukkan bahwa nilai r hitung yang lebih tinggi dari pada r table. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa semua instrumen yang digunakan bersifat valid dan dapat diterapkan dalam penelitian ini.

Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan langkah evaluasi terhadap instrumen penelitian untuk menilai sejauh mana konsistensi jawaban responden terhadap masing-masing instrumen pernyataan dalam kuesioner. Apabila nilai Cronbach's Alpha yang dihasilkan berada pada angka $> 0,60$, maka instrumen tersebut dapat dikategorikan reliabel, karena menunjukkan adanya kestabilan dan konsistensi dalam respons yang diberikan oleh responden. Penelitian ini melibatkan 116 responden dalam proses pengujian reliabilitas. Tabel hasil uji reliabilitas dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Table 3. uji reliabilitas

Variabel	Cronbach Alpha	R tabel	Keterangan
Terhadap Financial Stress pada Generasi Z (Y)	0.641	0.60	Reliabel
dan Kontrol Diri (X3)	0.649	0.60	Reliabel
Social Media Exposure (X2)	0.817	0.60	Reliabel
Pengaruh Gaya Hidup Konsumtif (X1)	0.855	0.60	Reliabel

Berdasarkan hasil pada Tabel 3 seluruh pernyataan yang dilakukan untuk mengukur variable Gaya Hidup Konsumtif (X1), Sosial Media Exposure (X2), dan kontrol diri (X3), finansial stress pada generasi z (Y) menunjukkan nilai dari cronbach's alpha melebihi angka 0,60 dengan begitu, seluruh pernyataan yang disusun dalam penelitian ini memenuhi syarat reliabilitas, sehingga instrumen dianggap dapat diandalkan untuk digunakan dalam tahap penelitian berikutnya.

Uji asumsi klasik

a. Uji Normalitas

uji normalitas dilakukan guna untuk menilai apakah data pada variable independent dan dependen mengikuti distribusi normal. Sebuah model regresi yang ideal dibangun atas dasar data yang terdistribusi normal, atau setidaknya mendekati normalitas. Dalam penelitian ini, pengujian normalitas dilakukan melalui dua metode, yaitu, Tests of normality dan uji statistik Kolmogorov-Smirnov. Pada uji Kolmogorov-smirnov, data dinyatakan dan distribusi normal apabila nilai signifikan (p-value) yang diperoleh lebih besar dari 0,05.

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Terhadap Financial Stress pada Generasi Z (Y)	.145	116	.000	.933	116	.000
Pengaruh Gaya Hidup Konsumtif (X1)	.067	116	.200*	.976	116	.033
Social Media Exposure (X2)	.093	116	.015	.977	116	.040
dan Kontrol Diri (X3)	.172	116	.000	.908	116	.000

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil dari analisis diatas diperoleh nilai sig Y (0.000), X1 (0.033), X2 (0.040), X3 (0,000) < 0,05, maka dapat disimpulkan tidak berdistribusi normal.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		116
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.72047944
Most Extreme Differences	Absolute	.086
	Positive	.086
	Negative	-.070
Test Statistic		.086
Asymp. Sig. (2-tailed)		.034 ^c

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan dari hasil analisis diatas ,diperoleh nilai sig (2-tailed) 0,034 lebih kecil dari 0,5 maka data berdistribusi tiddak normal

b. Uji Heterokedastisitas

uji heterokedastisitas memiliki tujuan yaitu untuk menilai apakah kesalahan (error) dalam model regresi tersebar secara konstan (merata) atau mengalami variasi (berubah-ubah). Salah satu asumsi penting dalam regresi linier yaitu homoskedastisitas, yakni ketika error menyebar merata di seluruh rentang variabel independen. Untuk mendeteksi adanya gejala heteroskedastisitas, salah satu metode yang digunakan yaitu dengan mengamati pola pada scatterplot. Berikut merupakan tampilan pola pada scatterplot:



Gambar 1. Scatterplot dependent variable: terhadap finansial stress pada generasi z (Y)

Pada gambar 1, titik-titik residual terlihat tersebar secara acak dan tidak membentuk pola tertentu yang mengindikasikan tidak adanya gejala heteroskedastisitas dalam model regresi. Sebagai penguat hasil tersebut, peneliti juga melakukan uji Glejser. Dalam uji ini, model dinyatakan bebas dari heteroskedastisitas apabila nilai dari signifikan masing-masing variabel > 0,05. Berikut merupakan hasil uji glesjer:

Tabel 4. Uji glesjer
Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1(Constant)	2.390	.948		2.521	.013
Pengaruh Gaya Hidup Konsumtif (X1)	.031	.046	.082	.666	.507
Social Media Exposure (X2)	-.054	.050	-.134	-1.094	.276
dan Kontrol Diri (X3)	.004	.051	.008	.085	.932

a. Dependent Variable: Abs_Res

Hasil pada table 4, menunjukkan bahwa pada variabel Gaya Hidup Konsumtif (X1) memiliki nilai signifikansi 0,507, variabel Sosial Media Exposure (X2) sebesar 0,276, sedangkan kontrol diri (X3) sebesar 0,932. Karena ketiganya melebihi batas 0,05, maka model dianggap memenuhi asumsi homoskedastisitas dan dapat dilanjutkan ke tahap regresi berikutnya.

c. uji multikolinieritas

uji multikolinieritas mempunyai tujuan untuk mengetahui sejauh mana variable independent dalam model regresi memiliki hubungan linear satu sama lain. Model regresi yang baik seharusnya bebas dari gejala multikolinieritas, yaitu kondisi ketika antar variable independen tidak menunjukkan korelasi yang signifikan. Suatu model dinyatakan bebas multikolinieritas apabila memiliki nilai toleran > 0,100 dan nilai variance inflation factor (VIF) <10,00. Hasil dari pengujian tersebut ditampilkan dalam gambar berikut:

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	5.416	1.425		3.802	.000		
Pengaruh Gaya Hidup Konsumtif (X1)	.025	.069	.035	.363	.717	.577	1.732
Social Media Exposure (X2)	-.051	.075	-.065	-.681	.497	.591	1.691
dan Kontrol Diri (X3)	.641	.076	.641	8.422	.000	.914	1.094

a. Dependent Variable: Terhadap Financial Stress pada Generasi Z (Y)

Merujuk pada Tabel 5, hasil pengujian menunjukkan bahwa variabel Gaya Hidup Konsumtif (X1), Sosial media exposure (X2), dan kontrol Diri (X3) memiliki nilai tolerance sebesar 0,577 (X1), 0,591 (X2), dan 0,914 (X3) yang melampaui batas minimum 0,10, serta nilai VIF sebesar 1,732 (X1), 1,691 (X2), 1,094 (X3) yang lebih rendah dari batas maksimum 10,00. Dengan begitu, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinieritas pada kedua variabel independen tersebut, sehingga keduanya dapat digunakan dalam model regresi.

4. Uji Hipotesis

a. uji koefisien determinasi

koefisien determinasi berfungsi untuk menilai seberapa besar kontribusi variable independent dalam memengaruhi variabel dependen secara simultan (bersamaan). Nilai koefisien ini dinyatakan dalam bentuk R^2 (R square) dan berkisar antara 0 sampai 1. Hasil pengujiannya dalam gambar berikut:

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.638 ^a	.406	.391	2.757

Predictors: (Constant), dan Kontrol Diri (X3), Social Media Exposure (X2), Pengaruh Gaya Hidup Konsumtif (X1)

Berdasarkan dari hasil analisis diatas, diperoleh presentase keragaman variabel kontrol diri (Y) yang dijelaskan dalam variable gaya hidup konsumtif (X1) dan sosial media exposure (X2), dan finansial stress generasi z (X3) yaitu 40,6% sedangkan 59.4% sdan sisanya dijelaskan oleh variabel lain diluar model regresi

b. Uji Regresi Linear Berganda

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	5.416	1.425		3.802	.000
Pengaruh Gaya Hidup Konsumtif (X1)	.025	.069	.035	.363	.717
Social Media Exposure (X2)	-.051	.075	-.065	-.681	.497
dan Kontrol Diri (X3)	.641	.076	.641	8.422	.000

a. Dependent Variable: Terhadap Financial Stress pada Generasi Z (Y)

berdasarkan tabel 6, hasil table coefficients diatas dapat disimpulkan bahwa:

$$Y = 5.416 + 0.025X_1 + 0.51X_2 + 0.641X_3$$

4.3.1. Konstanta sebesar 5.416, hal ini menunjukkan bahwa apabila X1, X2 dan X3 bernilai sebesar 0 maka nilai Y tetap sebesar 5.416

4.3.2. Berdasarkan variabel X1 hasil uji regresi yang menunjukkan bahwa variabel X1 memiliki koefisien regresi positif adengan nial b = 0.025. Artinya apabila terjadi kenaikan nilai variabel X1 sebesar 1 point maka akan terjadi pula peningkatan terhadap variabel Y senesar 0.025

4.3.3. Berdasarkan variabel X2 hasil uji regresi yang menunjukkan bahwa variabel X2 memiliki koefisien regresi positif dengan nilai $b = -0.051$. Artinya apabila terjadi kenaikan nilai variabel X2 sebesar $-0,051$

4.3.4. Berdasarkan hasil variabel X3 hasil uji regresi yang menunjukkan bahwa variabel X3 memiliki koefisien regresi positif dengan nilai $b = 0,641$. Artinya apabila terjadi kenaikan nilai variabel X3 sebesar $0,641$

c. Uji F (Simultan)

Uji F (simultan) digunakan untuk mengetahui apakah seluruh variabel independen secara bersamaan memiliki pengaruh terhadap variabel dependen dalam model regresi. Hasil dari uji F tersebut disajikan pada tabel berikut:

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	582.772	3	194.257	25.563	.000 ^b
Residual	851.116	112	7.599		
Total	1433.888	115			

a. Dependent Variable: Terhadap Financial Stress pada Generasi Z (Y)

b. Predictors: (Constant), dan Kontrol Diri (X3), Social Media Exposure (X2), Pengaruh Gaya Hidup Konsumtif (X1)

berdasarkan tabel 7, untuk mengetahui hasil uji F, dilakukan dengan membandingkan nilai F hitung dan F tabel. F hitung dalam penelitian ini diketahui sebesar 25.563 sedangkan F tabel diketahui sebesar 2,683. Karena diketahui F hitung lebih besar daripada F tabel ($25.563 > 2,683$) dan signifikansi ($0,000 < 0,05$), maka bisa disimpulkan bahwa kedua variabel independen, yaitu Kontrol Diri (X3), Social Media Exposure (X2), Pengaruh Gaya Hidup Konsumtif (X1), secara simultan berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen, yaitu Financial Stress pada Generasi Z. Dengan demikian, H3 dapat diterima berdasarkan hasil uji F.

d. Uji T (Partial)

Uji T (Parsial) dilakukan untuk menguji apakah variabel independen, yaitu literasi keuangan dan perilaku konsumtif memiliki pengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen dalam model regresi yang digunakan. Hasil pengujian hipotesis melalui uji T dalam penelitian ini ditampilkan pada tabel berikut:

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1(Constant)	5.416	1.425		3.802	.000
▪ Pengaruh Gaya Hidup Konsumtif (X1)	-.025	.069	-.035	-.363	.717
Social Media Exposure (X2)	-.051	.075	-.065	-.681	.497
dan Kontrol Diri (X3)	.641	.076	.641	8.422	.000

a. Dependent Variable: Terhadap Financial Stress pada Generasi Z (Y)

Berdasarkan hasil analisis dari tabel diatas diperoleh nilai t hitung (0.363) < t tabel (1.981) dan sig (0.717) > 0.05, maka disimpulkan Gaya hidup konsumtif berpengaruh negatif dan tidak signifikan terhadap finansial stress pada generasi Z, H1 ditolak dan H0 diterima.

Berdasarkan hasil analisis dari tabel diatas diperoleh nilai t dihitung $-(0.681) < t$ tabel (1.981) dan sig (0.497) > 0.05, maka disimpulkan sosial media exposure berpengaruh negatif dan signifikan terhadap finansial stress pada generasi Z, H2 ditolak dan H0 diterima.

Berdasarkan hasil analisis dari tabel diatas diperoleh nilai t hitung $(0,8422) > t$ tabel $(1,981)$ dan $\text{sig} (0.000) < 0.05$, maka disimpulkan kontrol diri berpengaruh positif dan signifikan terhadap finansial stress pada generasi Z, H3 diterima dan H0 ditolak.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dari penelitian ini yaitu untuk mengevaluasi dari pengaruh gaya hidup keterlibatan dalam media sosial, dan kontrol diri terhadap tingkat stres keuangan yang dialami Generasi Z. Hasil dari analisis data kuantitatif menggunakan model regresi linear berganda untuk menunjukkan bahwa Tingkat financial stress yang dialami Generasi Z berada pada kategori sedang. Ini menunjukkan bahwa ada tekanan keuangan nyata di tengah dinamika gaya hidup dan intensitas penggunaan media sosial di era digital.

Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa gaya hidup konsumtif Generasi Z tidak mempunyai pengaruh yang signifikan pada tekanan keuangan. Temuan ini juga menunjukkan sebagian besar responden masih memiliki dukungan finansial atau mekanisme pengendalian tertentu, yang berarti bahwa perilaku konsumtif tidak meningkatkan tekanan keuangan secara langsung. Oleh karena itu, hipotesis bahwa gaya hidup konsumtif memiliki pengaruh terhadap financial stress tidak didukung.

Selain itu, hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa paparan Generasi Z terhadap media sosial tidak berpengaruh secara signifikan terhadap tekanan keuangan. Meskipun mereka memiliki paparan yang tinggi terhadap media sosial, intensitas paparan tersebut tidak menyebabkan tekanan keuangan secara langsung, yang menunjukkan bahwa pengaruh media sosial terhadap keuangan adalah tidak langsung atau dipengaruhi oleh faktor lain. Oleh karena itu, hipotesis tentang pengaruh paparan sosial media terhadap stres keuangan ditolak.

Berbeda dengan dua faktor tersebut, kontrol diri terbukti berpengaruh besar terhadap tingkat tekanan finansial Generasi Z. Penemuan ini menunjukkan bahwa komponen internal, seperti kemampuan mengendalikan diri, memainkan peran penting dalam menentukan tingkat tekanan finansial yang dialami seseorang. Generasi Z memiliki kontrol diri yang lebih baik mampu mengelola keuangan mereka dengan lebih baik dan mencegah munculnya stres finansial. Oleh karena itu, hipotesis tentang pengaruh kontrol diri terhadap tingkat stres keuangan diterima, dan ini juga menawarkan solusi untuk masalah variabel yang paling dominan.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa gaya hidup konsumtif, keterlibatan dalam sosial media, dan kontrol diri secara bersamaan berpengaruh besar terhadap tingkat stres keuangan Generasi Z. Namun, ada faktor lain yang memengaruhi tingkat stres keuangan Generasi Z. Hasil ini meningkatkan penelitian perilaku keuangan, terutama mengenai cara faktor eksternal dan internal menjelaskan financial stress.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, seperti jumlah responden dan karakteristik responden yang didominasi oleh siswa dan mahasiswa. Akibatnya, hasilnya tidak dapat digeneralisasikan. Selain itu, penelitian ini hanya menggunakan pendekatan kuantitatif dan tidak meninjau aspek psikologis atau sosial lainnya yang dapat memengaruhi stres keuangan. Oleh karena itu, hasilnya harus diinterpretasikan dengan mempertimbangkan keterbatasan ini.

Tingkat pendapatan, literasi keuangan, dukungan keluarga, dan faktor psikologis lainnya dapat dimasukkan ke dalam penelitian selanjutnya untuk menjelaskan financial stress secara lebih menyeluruh. Penelitian lanjutan juga dapat menggunakan pendekatan kualitatif atau metode campuran untuk pemahaman yang lebih dalam tentang perilaku keuangan Generasi Z. Oleh karena itu, penelitian lanjutan juga diharapkan dapat memberikan kontribusi yang lebih luas dan aplikatif dalam upaya meningkatkan kesejahteraan finansial Generasi Z.

Disarankan agar praktisi dan pemangku kepentingan, khususnya lembaga pendidikan dan institusi keuangan, memfokuskan program literasi keuangan pada peningkatan aspek psikologis dan perilaku, karena temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap finansial stress Generasi Z, sementara gaya hidup konsumtif dan keterlibatan sosial media hanya berdampak sebagian kecil. Perencanaan keuangan, menunda kepuasan, dan pengendalian impuls adalah kemampuan kontrol diri yang diajarkan di program. Metode ini diharapkan dapat membantu Generasi Z lebih baik mengelola beban keuangan mereka.

Pengembangan kontrol diri dan pengelolaan keuangan pribadi harus dimasukkan ke dalam pelajaran sekolah atau kegiatan ekstrakurikuler. Mengingat pada mayoritas responden dalam penelitian ini yaitu pelajar dan mahasiswa mengajarkan orang-orang tentang cara membuat keputusan keuangan yang rasional sejak dini dapat membantu mereka mengurangi tingkat stres finansial yang mereka alami. Penelitian ini juga diharapkan dapat membantu guru dan dosen membuat modul pembelajaran yang berpusat pada perilaku keuangan.

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh pembuat kebijakan dan lembaga terkait untuk membangun kebijakan atau kampanye publik yang menekankan pentingnya mengimbangi

penggunaan media sosial, konsumsi, dan pengendalian diri. Kebijakan yang membantu Generasi Z mendapatkan lebih banyak uang sebaiknya tidak hanya berkonsentrasi pada produk keuangan, tetapi juga membantu mereka mengatasi tekanan finansial secara konsisten. Peneliti harus memasukkan variabel tambahan yang dapat memengaruhi stres keuangan, seperti literasi keuangan, tingkat pendapatan, dukungan sosial, dan lingkungan keluarga. Penelitian lanjutan juga dapat menguji peran variabel mediasi atau moderasi, seperti peran kontrol diri sebagai mediator antara paparan media sosial dan stres keuangan, untuk pemahaman yang lebih baik tentang hubungan pada variable tersebut

Penelitian ini dimasa depan juga diharapkan untuk menggunakan metodologi alternatif, seperti pendekatan kualitatif atau metode campuran. Metode seperti ini dapat melengkapi temuan kuantitatif dengan pandangan yang lebih kontekstual dan mendalam, sehingga hasil penelitian menjadi lebih kaya dan aplikatif.

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperluas jumlah responden dan demografi, termasuk Generasi Z yang bekerja penuh waktu atau memiliki tingkat pendapatan yang lebih beragam, untuk mengatasi keterbatasan penelitian. Teknik pengambilan sampel yang lebih representatif dan alat pengukuran yang lebih spesifik juga dapat meningkatkan validitas dan generalisasi hasil penelitian di masa mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- Amran, M., Sangapan, L. H., & Manurung, A. H. (2025). Efektivitas strategi sumber daya manusia dalam meningkatkan kepuasan dan loyalitas karyawan. *Journal of Social and Human Resource Research (JSHR)*, 1(2), 14–20. <https://journal.adlermanurungpress.com/index.php/jshr/article/view/33>
- Dittmar, H., Bond, R., Hurst, M., & Kasser, T. (2014). The relationship between materialism and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 107(5), 879–924. <https://doi.org/10.1037/a0037409>
- Gerson, G., Sangapan, L. H., Manurung, A. H., & Eprianto, I. (2025). Tantangan dan peluang digitalisasi dalam manajemen SDM: Perspektif praktisi dan pengambil keputusan. *Jurnal Bisnis dan Ekonomi*, 3(2), 134–158. <https://doi.org/10.61597/jbe-ogzrp.v3i2.93>

- Gerson, G., Sangapan, L. H., Manurung, A. H., & Eprianto, I. (2025). Analisis kualitatif terhadap keterikatan pegawai di era pasca pandemi: Studi kasus pada organisasi di Indonesia. *Jurnal Bisnis dan Ekonomi*, 3(2), 74–102. <https://doi.org/10.61597/jbe-ogzrp.v3i2.90>
- Gerson, M., Sangapan, L. H., & Manurung, A. H. (2025). Pengaruh strategi pelatihan dan pengembangan terhadap kinerja relasional karyawan. *Journal of Social and Human Resource Research (JSHR)*, 1(2), 27–33. <https://journal.adlermanurungpress.com/index.php/js/hr/article/view/34>
- Hendriarto, P., Paryanti, A. B., Sangapan, L. H. ., & Manurung, A. H. (2025). PENGARUH GOOD CORPORATE GOVERNANCE, RISIKO BISNIS, DAN KUALITAS LABA TERHADAP KINERJA KEUANGAN PERUSAHAAN. *CAKRAWALA*, 33(2), 54–65. Retrieved from <https://jurnal.swins.ac.id/index.php/cakrawala/article/view/118>
- Hendriarto, P., Sangapan, L. H., & Manurung, A. H. (2025). *Eksplorasi nilai-nilai keuangan berkelanjutan dalam praktik ESG (Environmental, Social, Governance): Studi multi-kasus di Indonesia*. *Jurnal Bisnis dan Ekonomi (JBE)*, 3(4), 375–394. <https://doi.org/10.61597/jbe-ogzrp.v3i4.141>
- Hendriarto, P., Sangapan, L. H., & Manurung, A. H. (2025). *Peran kepemimpinan adaptif dalam meningkatkan efektivitas strategi SDM*. *JIMU: Jurnal Ilmiah Multi Disiplin*, 3(4), 961–972.
- Hendriarto, P., Sangapan, L. H., Paryanti, A. B., Manurung, A. H., & Manurung, A. (2025). *Akuntansi sektor publik di Indonesia: Kajian sistematis atas transparansi dan akuntabilitas keuangan pemerintah*. *Jurnal Greenation of Indonesian Accounting (JGIA)*, 3(2), 59–68. <https://doi.org/10.38035/jgia.v3i2>
- Kurniawan, D., Machdar, N. M., Manurung, A. H., & Sangapan, L. H. (2025). Pengaruh Enterprise Risk Management Disclosure Terhadap Nilai Perusahaan Dengan Profitabilitas Sebagai Variabel Mediasi. *Journal of Capital Markets and Banking*, 13(2), 1–17. <https://doi.org/10.63607/jcmb.v13i2.6>
- Kurniawan, D., Sangapan, L. H., & Suraji, R. (2024). Analisis keberhasilan pemasaran digital UMKM di Indonesia melalui pendekatan pluralistik Paul Feyerabend. *Fibonacci*, 1(2), 77–89. <https://inovanpublisher.org/fibonacci>
- Lim, S. M., Lee, J. H., & Kim, J. Y. (2020). Financial stress, self-control, and financial behavior among young adults. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 31(2), 239–251. <https://doi.org/10.1891/JFCP-18-00012>

- Lukman Hakim Sangapan, Amran, Atik Budi Paryanti, Ade Ria Julista, & Adler Haymans Manurung. (2026). PENGARUH KESADARAN HUKUM MANAJEMEN, AUDIT INTERNAL, DAN GOOD CORPORATE GOVERNANCE TERHADAP PENCEGAHAN KECURANGAN AKUNTANSI. *CAKRAWALA*, 33(1), 1–17. <https://doi.org/10.70005/cakrawala.v33i1.120>
- Manurung, A. H., & Sangapan, L. H. (2023). *Pasar Modal*. PT. Adler Manurung Press.
- Manurung, A. H., Wulandari, S., Sangapan, L. H., Machdar, N. M., Silalah, E. E., Natas Pasaribu, A. M., & Hendayana, Y. (2025). *Multiple Mediation Analysis of Recruitment Effects on Employee Performance: The Roles of Training, Engagement, And Technology Adoption in a University Setting*. *Journal of Economics, Finance And Management Studies*, 8(11), Article 08. <https://doi.org/10.47191/jefms/v8-i11-08>
- Manurung, A., Hendriarto, P., Sangapan, L. H., & Manurung, A. H. (2025). *Pengaruh sustainability reporting terhadap nilai perusahaan: Kajian literatur sistematis*. *Jurnal Greenation of Indonesian Accounting (JGIA)*, 3(2), 70–80. <https://doi.org/10.38035/jgia.v3i2>
- Manurung, A., Manurung, A. H., Manurung, G., Sangapan, L. H., Manurung, G., & Simanjuntak, J. M. (2025). Free Cash Flow of Telecommunications Companies in Indonesia. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis Jagaditha*, 12(2), 258–268. <https://doi.org/10.22225/jj.12.2.2025.258-268>
- Manurung, A., Nababan, R., Manurung, J. S., Sangapan, L. H., & Manurung, A. H. (2025). Kajian sistematis terhadap regulasi perlindungan anak dalam kerangka hukum nasional dan internasional. *Imperium*, 1(1). <https://doi.org/10.38035/IMPERIUM.v1i1>
- Manurung, A., Nababan, R., Sihar, J., Sangapan, L. H., & Manurung, A. H. (2025). Kajian sistematis terhadap regulasi perlindungan anak. *Imperium*, 1(1), 1–12. <https://doi.org/10.62534/imperium.v1i1.5>
- Manurung, A., Sangapan, L. H., Manurung, A. H., & Machdar, N. M. (2025). Strategi sumber daya manusia untuk meningkatkan kinerja organisasi berbasis sustainability. *Journal of Social and Human Resource Research (JSHR)*, 1(2), 55–60. <https://journal.adlermanurungpress.com/index.php/js/hr/article/view/36>

- Manurung, A., Sangapan, L. H., Paryanti, A. B., & Manurung, A. H. (2025). *Tren dan arah penelitian akuntansi keuangan: Sebuah systematic literature review tahun 2010–2025*. *Dinasti Accounting Review (DAR)*, 3(1), 12–24. <https://doi.org/10.38035/dar.v3i1>
- Manurung, G., Ali, H., Manurung, A. H., & Sangapan, L. H. (2025). Kebiasaan berutang di era digital: Kontribusi budaya hemat dan akses pinjaman online terhadap kesehatan keuangan rumah tangga. *Jurnal Citra Manajemen dan Bisnis*, 13(2), 63–78. <https://doi.org/10.63607/jcmb.v13i2>
- Manurung, G., Machdar, N. M., Manurung, A. H., & Sangapan, L. H. (2025). *Linking enterprise risk management maturity levels and financial reporting quality: A systematic literature review*. *Current Science Research Bulletin*, 2(11), 339–349. <https://doi.org/10.55677/csr/02-V02111Y2025>
- Manurung, G., Manurung, C., Sangapan, L. H., & Manurung, A. H. (2025). Tren dan isu dalam manajemen SDM di sektor publik: Studi literatur. *Jurnal Shr*, 1(1), 44–53. <https://doi.org/10.38035/jshr.v1i1>
- Manurung, G., Suraji, R., Manurung, A. H., & Hakim, L. S. (2025). Philosophy behind strategy: Reconstructing the theoretical foundation of strategic management in a disruptive era. *Journal of Business and Economics*, 3(3), 284–300. <https://doi.org/10.61597/jbe-ogzrp.v3i3.114>
- Paryanti, A. B., & Sangapan, L. H. (2025). *Makna keadilan dalam transaksi bisnis syariah: Studi fenomenologi pada pelaku UMKM di Indonesia*. *Jurnal Humaniora, Ekonomi, dan Sosial Masyarakat (JHESM)*, 3(3), 61–72.
- Paryanti, A. B., Sangapan, L. H., & Manurung, A. H. (2025). Peran mentorship dalam membentuk karakter wirausaha generasi Z. *Jurnal Kewirausahaan dan Manajemen Terapan*, 3(2), 44–53. <https://doi.org/10.38035/jkmt.v3i2>
- Paryanti, A. B., Suraji, R., & Sangapan, L. H. (2025). Paradigma pengambilan keputusan dan interpretasi menggunakan model kuhn. *Jurnal Ekonomi, Manajemen dan Akuntansi (JEKMA)*, 4(1), 14–20.
- Sangapan, L. H., Manurung, C., & Manurung, A. H. 2025. Strategi Inovasi Produk Berbasis Riset Pasarpada Perusahaan Start-Up. 1(1), 34–43.
- Sangapan, L. H. (2025). Pengaruh kepemimpinan strategis dan moral terhadap kinerja keuangan perusahaan: Peran mediasi komitmen organisasi sebagai dampak dari kepercayaan

- organisasional – Studi literatur sistematis. *Jurnal Penelitian Manajemen dan Publik (JPMP)*, 13(2). <https://doi.org/10.63607/jcmb.v13i2>
- Sangapan, L. H. (2025). *Peran influencer dalam komunikasi pemasaran: Sebuah tinjauan sistematis literatur internasional*. *Jurnal Komunikasi dan Ilmu Sosial (JKIS)*, 3(3), 129–141. <https://doi.org/10.38035/jkis.v3i3>
- Sangapan, L. H., & Manurung, A. H. (2025). *Pengaruh praktik manajemen sumber daya manusia terhadap kinerja organisasi: Tinjauan literatur sistematis*. *HRM RESEARCH: Human Resource Management and Business Journal*, 1 (1). <https://siberresearch.org/HRM/article/view/17>
- Sangapan, L. H., & Manurung, A. H. (2025). Peran budaya organisasi dalam implementasi manajemen sumber daya manusia strategik. *Journal of Social and Human Resource Research (JSHR)*, 1(2), 1–7. <https://journal.adlermanurungpress.com/index.php/jshr/article/view/32>
- Sangapan, L. H., Ali, H., Manurung, A. H., & Kurniawan, D. (2024). *Pengaruh Sumber Daya yang Unik dan Pemakaian Teknologi Terhadap Peningkatan Kerja Melalui Motivasi Kerja*. *Jurnal Manajemen dan Pemasaran Digital*, 2(4), Artikel. <https://doi.org/10.38035/jmpd.v2i4.259>
- Sangapan, L. H., Amran, A., Paryanti, A. B., Manurung, A. H., & Hapzi. (2025). *Pengaruh kepercayaan dan kepuasan pelanggan terhadap loyalitas pengguna marketplace di Indonesia (Studi kasus pada pengguna Tokopedia dan Shopee)*. *Jurnal Kewirausahaan dan Multi Talenta (JKMT)*, 3(4). <https://doi.org/10.38035/jkmt.v3i4.35>
- Sangapan, L. H., Carlos, G. J., & Manurung, A. H. (2025). Pengaruh disiplin kerja, inovasi karyawan, dan motivasi kerja terhadap kinerja karyawan. *JMPIS*, 6(2). <https://doi.org/10.38035/jmpis.v6i2>
- Sangapan, L. H., Carlos, G. J., Ali, H., & Manurung, A. H. (2025). Pengaruh pemakaian teknologi, kepemimpinan, penerapan efisiensi, terhadap peningkatan kerja melalui motivasi kerja. *Jurnal Manajemen dan Pemasaran Digital*, 3(2), 82–99. <https://doi.org/10.38035/jmpd.v3i2>
- Sangapan, L. H., Carlos, G. J., Manurung, A. H., & Manurung, J. S. (2025). Pengaruh sumber daya yang unik, kepemimpinan, penerapan efisiensi, terhadap peningkatan kerja di mediasi motivasi dan di moderasi umur: Literature review. *Jurnal Bisnis dan Ekonomi*, 3(3), 255–268. <https://doi.org/10.61597/jbe-ogzrp.v3i3>

- Sangapan, L. H., Manurung, A. H., & Eprianto, I. (2025). Tantangan dan peluang digitalisasi dalam manajemen SDM: Perspektif praktisi dan pengambil keputusan. *Jurnal Bisnis dan Ekonomi*, 3(2), 134-158. <https://doi.org/10.61597/jbe-ogzrp.v3i2.93>
- Sangapan, L. H., Manurung, A. H., FoEh, J. E., Simamora, H., & Sinaga, J. (2022). Pengaruh Sumberdaya yang Unik, Pemakaian Teknologi, Kepemimpinan dan Penerapan Efisiensi Terhadap Peningkatan Kinerja yang Dimoderasi oleh Umur Pegawai pada Perusahaan. *Jurnal Ilmu Manajemen Terapan*, 4(2), 163-175. <https://dinastirev.org/JIMT/article/view/1218>
- Sangapan, L. H., Manurung, A. H., Manurung, C., Manurung, A., & Manurung, G. (2021). Employee engagement in SMEs: A systematic review of the literature on factors and their impact. *JLPH*, 1(4), 197–202. <https://doi.org/10.38035/jlph.v1i4>
- Sangapan, L. H., Manurung, Ali, Hapzi., Manurung, A. H., & Kurniawan, Dody (2024). Kurniawan. *Jurnal Manajemen dan Pemasaran Digital*, 333-351. <https://doi.org/10.38035/jmpd.v2i4.259>
- Sangapan, L. H., Manurung, C., & Manurung, A. H. (2025). Strategi inovasi produk berbasis riset pasar pada perusahaan start-up. *Jurnal Shr*, 1(1), 34–43. <https://doi.org/10.38035/jshr.v1i1>
- Sangapan, L. H., Manurung, C., Manurung, R., Manurung, A., & Manurung, A. H. (2025). Penegakan hukum korupsi di Indonesia: Perspektif systematic literature review (2010–2023). *Imperium*, 1(1). <https://doi.org/10.38035/IMPERIUM.v1i1>
- Sangapan, L. H., Manurung, G., & Manurung, A. H. (2025). Analisis implementasi program corporate social responsibility dan dampaknya terhadap citra internal perusahaan. *Jurnal Shr*, 1(1).
- Sangapan, L. H., Manurung, G., & Manurung, A. H. (2025). Analisis strategi personalisasi layanan dalam meningkatkan loyalitas pelanggan. *Jurnal Shr*, 1(1), 10–23. <https://doi.org/10.38035/jshr.v1i1>
- Sangapan, L. H., Manurung, G., & Manurung, A. H. (2025). Peran pelatihan dan pengembangan dalam peningkatan kapabilitas SDM di sektor pendidikan. *Jurnal Shr*, 1(1), 24–33. <https://doi.org/10.38035/jshr.v1i1>
- Sangapan, L. H., Manurung, G., Manurung, C., Manurung, A. H., & Carlos, G. J. (2025). Dampak teknologi informasi terhadap dinamika sistem organisasi: Kajian literatur sistematis. *Jurnal Shr*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.38035/jshr.v1i1>

- Sangapan, L. H., Paryanti, A. B., & Manurung, A. H. (2025). Eksplorasi pengalaman wirausahawan muda dalam mewujudkan entrepreneurial mindset di kalangan mahasiswa. *Jurnal Kewirausahaan dan Manajemen Terapan*, 3(1), 36–47. <https://doi.org/10.38035/jkmt.v3i1>
- Sangapan, L. H., Paryanti, A. B., & Manurung, A. H. (2025). Strategi adaptif dan nilai sosial dalam kewirausahaan milenial: Studi naratif di konteks urban Indonesia. *JKMT*, 3(1). <https://doi.org/10.38035/jkmt.v3i1>
- Sangapan, L. H., Paryanti, A. B., & Manurung, A. H. (2025). *Tantangan globalisasi terhadap pelestarian budaya Nusantara di dunia pendidikan: Sebuah kajian sistematis literatur*. *Jurnal Pendidikan, Kebudayaan, dan Nasionalisme (JPKN)*, 3(3), 147–160. <https://doi.org/10.38035/jpkn.v3i3>
- Sangapan, L. H., Paryanti, A. B., Manurung, A. H., & Manurung, A. (2025). *Komunikasi interpersonal di tempat kerja: Temuan empiris dari pendekatan systematic literature review*. *Jurnal Komunikasi dan Ilmu Sosial (JKIS)*, 3(3), 106–116. <https://doi.org/10.38035/jkis.v3i3>
- Sangapan, L. H., Paryanti, A. B., Manurung, A. H., & Manurung, A. (2025). *Tren penelitian komunikasi organisasi di era hybrid work: Kajian systematic literature review*. *Jurnal Komunikasi dan Ilmu Sosial (JKIS)*, 3(3), 117–128. <https://doi.org/10.38035/jkis.v3i3>
- Sangapan, L. H., Suraji, R., Manurung, A. H., & Carlos, G. J. (2025). Pemikiran Thomas Kuhn dalam era digital: Paradigma baru dalam ilmu pengetahuan. *Jurnal Bisnis Dan Ekonomi*, 3(1), 17–29. <https://doi.org/10.61597/jbe-ogzrp.v3i1.83>
- Silalahi, E. E., Sangapan, L. H., Manurung, A. H., & Machdar, N. M. (2025). Strategi peningkatan kompetensi digital karyawan melalui manajemen sumber daya manusia strategik. *Journal of Social and Human Resource Research (JSHR)*, 1(2), 41–47. <https://journal.adlermanurungpress.com/index.php/jshr/article/view/35>
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271–324. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2020). Do social network sites enhance or undermine subjective well-being? A critical review. *Social Issues and Policy Review*, 11(1), 274–302. <https://doi.org/10.1111/sipr.12033>

Xiao, J. J., & O'Neill, B. (2018). Consumer financial education and financial capability. *International Journal of Consumer Studies*, 42(4), 455–462.
<https://doi.org/10.1111/ijcs.12469>