

SURAT TUGAS

Nomor: 249-R/UNTAR/PENELITIAN/VII/2026

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

MEIKE KURNIAWATI, S.Psi., M.M.

Untuk melaksanakan kegiatan penelitian/publikasi ilmiah dengan data sebagai berikut:

Judul	:	Pengaruh Perilaku Konsumtif Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa
Nama Media	:	Phronesis
Penerbit	:	Universitas Tarumanagara
Volume/Tahun	:	Vol. 15 / No. 1 / 2026
URL Repository	:	https://journal.untar.ac.id/index.php/phronesis/article/view/37750

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

20 Juli 2026

Rektor



Prof. Dr. Amad Sudiro, S.H., M.H., M.Kn., M.M.

Print Security : 1776e199a3e687a40c777fa3fb6c1140

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.

OFFICE
Jl. Letjen S. Parman No 1, Jakarta Barat 11440

PHONE
+62 21-5671 747 (Hunting)
+62 21-5695 8723 (Admission)

EMAIL
humas@untar.ac.id

WEBSITE
untar.ac.id


Untar Jakarta



Pengaruh Perilaku Konsumtif Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa



Brandon Holy Koesnadi
Universitas Tarumanagara

Andito Syahputra
Universitas Tarumanagara

Airlangga Rezky Setyawan
Universitas Tarumanagara

Meike Kurniawati
Universitas Tarumanagara

Abstract

This study aimed to examine the effect of consumptive behavior on psychological well-being among university students. Consumptive behavior is defined as an individual's tendency to engage in excessive purchasing that is not based on rational needs, while psychological well-being refers to an individual's ability to function optimally across various aspects of life. This research employed a quantitative approach with a causal correlational design. The participants consisted of 107 active university students aged 18–25 years who were selected using a convenience sampling technique. Data were

E-ISSN : 3032 - 7202

Volume 15 Nomor 1 Tahun 2026

PDF

Published: Jul 1, 2026

REGISTRASI AKUN PHRONESIS

REGISTER NOW

Open Journal Systems

LANGUAGE

Bahasa Indonesia

English

CURRENT ISSUE

ATON 1.0

REF 2.0

Current Issue

Vol. 15 No. 1 (2026): Phronesis: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan



Published: 2026-01-20

RSS 1.0

INFORMATION

[For Readers](#)

[For Authors](#)

[For Librarians](#)

[Phronesis Stats](#)

TEMPLATE

[Manuscript Template](#)

Articles

Faktor-Faktor Penyebab Individu Mengalami Psychological Distress (Studi Narrative Review)

Michelle Faith Oroh, P. Tommy Y. S. Suyasa

📄 Abstract : 14 | 📄 PDF : 17

PDF

The Impact Of Psychological Safety On Employee Mental Health: A Protocol For Systematic Literature Review

Putri Aurel Rizkia Arfyani, Zamralita Zamralita, Reza Fahlevi

📄 Abstract : 18 | 📄 PDF : 9

PDF

Penguatan Regulasi Emosi Sebagai Strategi Penurunan Perilaku Agresif Pada Anak Panti Asuhan X

Dastin Imanuel, Angesty Putri Ageng

15 - 21

📄 Abstract : 10 | 📄 PDF : 14

PDF

CURRENT ISSUE

ATDH 1.0

RFP 2.0

RFP 1.0

INFORMATION

For Readers

For Authors

For Librarians

Phronesis Stats

Hubungan Religiositas Dengan Sikap Toleransi Beragama Pada Mahasiswa di Jakarta

Shelomita Yonastasya, Raja Oloan Tumanggor, Eveline Valentia, Neva Sefanya, Frizka Adrianne Taskia, Erena Aulya Mohede
22-33

 Abstract : 9 |  PDF : 9

PDF

Hubungan Tren Viral Di Tiktok Dengan Perilaku Pembelian Konsumen Generasi Z

Tannaya Venansjah, Alyssa Ramadhani, Nabila Ivita Aulia Putri, Meike Kurniawati
34 - 39

 Abstract : 7 |  PDF : 6

PDF

Pengaruh Perilaku Konsumtif Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa

Brandon Holy Koesnadi, Andito Syahputra, Airlangga Rezky Setyawan, Meike Kurniawati

 Abstract : 6 |  PDF : 6

PDF

TEMPLATE

Manuscript Template

Pengaruh Perilaku Konsumtif Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa

Brandon Holy Koesnadi, Andito Syahputra, Airlangga Rezky Setyawan, Meike Kurniawati

 Abstract : 6 |  PDF : 6

PDF

Studi deskriptif Regulasi diri pada ANDIKPAS di LPKA Kelas I Tangerang

Chatlia Putri Hermawan, Rafi Raditya Kurniawan, Urip Rahmad Endarto, Debora Basaria

 Abstract : 9 |  PDF : 8

PDF

Platform &
workflow by
OJS / PKP

PENGARUH PERILAKU KONSUMTIF TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MAHASISWA

**Brandon Holy Koesnadi¹, Andito Syahputra², Airlangga Rezky Setyawan³,
Meike Kurniawati⁴**

¹Program Studi Psikologi Jenjang Sarjana, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: brandon.705230081@stu.untar.ac.id

²Program Studi Psikologi Jenjang Sarjana, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: andito.705230306@stu.untar.ac.id

³Program Studi Psikologi Jenjang Sarjana, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: airlangga.705230185@stu.untar.ac.id

⁴Program Studi Psikologi Jenjang Sarjana, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: meikek@fpsi.untar.ac.id

Masuk: 04-11-2025, revisi: 11-12-2025, diterima untuk diterbitkan: 20-01-2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh perilaku konsumtif terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Perilaku konsumtif didefinisikan sebagai kecenderungan individu untuk melakukan pembelian secara berlebihan yang tidak didasarkan pada kebutuhan rasional, sedangkan kesejahteraan psikologis merujuk pada kondisi individu yang mampu berfungsi secara optimal dalam berbagai aspek kehidupan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional kausal. Partisipan penelitian berjumlah 107 mahasiswa aktif berusia 18–25 tahun yang dipilih menggunakan teknik *convenience sampling*. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan Skala Perilaku Konsumtif dan Ryff's *Psychological Well-Being Scale*. Data dianalisis menggunakan regresi linear sederhana setelah memenuhi uji asumsi normalitas, linearitas, validitas, dan reliabilitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku konsumtif tidak berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa. Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat perilaku konsumtif tidak secara langsung menentukan tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa. Hubungan antara kedua variabel diduga dipengaruhi oleh faktor lain, seperti kontrol diri, manajemen keuangan, dukungan sosial, dan faktor sosial-budaya. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan model yang lebih kompleks dengan mempertimbangkan variabel mediator maupun moderator guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara perilaku konsumtif dan kesejahteraan psikologis.

Kata Kunci: *perilaku konsumtif, kesejahteraan psikologis, mahasiswa, psychological well-being, perilaku konsumen.*

ABSTRACT

This study aimed to examine the effect of consumptive behavior on psychological well-being among university students. Consumptive behavior is defined as an individual's tendency to engage in excessive purchasing that is not based on rational needs, while psychological well-being refers to an individual's ability to function optimally across various aspects of life. This research employed a quantitative approach with a causal correlational design. The participants consisted of 107 active university students aged 18–25 years who were selected using a convenience sampling technique. Data were collected online using the Consumptive Behavior Scale and Ryff's Psychological Well-Being Scale. The data were analyzed using simple linear regression after fulfilling the assumptions of normality, linearity, validity, and reliability. The results indicated that consumptive behavior did not have a significant effect on students' psychological well-being. These findings suggest that the level of consumptive behavior does not directly determine students' psychological well-being. The relationship between the two variables may be influenced by other factors, such as self-control, financial management, social support, and socio-cultural factors. Future research is

recommended to employ more complex models by considering mediating and moderating variables in order to gain a more comprehensive understanding of the relationship between consumptive behavior and psychological well-being.

Keywords: *consumptive behavior, psychological well-being, university students, consumer behavior, mental well-being*

Kesejahteraan psikologis merupakan salah satu indikator penting dalam menilai kualitas fungsi individu secara optimal. Menurut model *psychological well-being* yang dikemukakan oleh Carol D. Ryff (1989), kesejahteraan psikologis mencakup enam dimensi utama, yaitu *self-acceptance*, *autonomy*, *environmental mastery*, *positive relations with others*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Individu dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi mampu menerima dirinya secara utuh, memiliki kemandirian dalam mengambil keputusan, menjalin relasi yang sehat, serta memiliki arah hidup yang jelas dan bermakna. Carol D. Ryff menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis berkaitan dengan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan hidup, mengembangkan diri, serta membangun relasi positif. Pada mahasiswa, berbagai tuntutan akademik dan sosial dapat menjadi sumber stres yang berdampak pada penurunan kesejahteraan psikologis (Ryff, 1989). Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa, salah satunya adalah perilaku konsumtif (Dittmar et al., 2014).

Perilaku konsumtif merujuk pada kecenderungan individu untuk melakukan konsumsi secara berlebihan yang tidak didasarkan pada kebutuhan rasional, melainkan pada dorongan emosional dan keinginan sesaat. Menurut perspektif perilaku konsumen, perilaku ini sering kali dipengaruhi oleh faktor internal seperti emosi dan konsep diri, serta faktor eksternal seperti tekanan sosial, budaya konsumsi, dan media (Kotler & Keller, 2016). Teori consumer culture menjelaskan bahwa dalam masyarakat modern, konsumsi tidak hanya berfungsi untuk memenuhi kebutuhan, tetapi juga sebagai sarana untuk membangun identitas diri dan memperoleh pengakuan sosial (Baudrillard, 1998). Selain itu, dalam kerangka teori *self-discrepancy* (Higgins, 1987), perilaku konsumtif dapat muncul sebagai upaya individu untuk mengurangi kesenjangan antara *actual self* dan *ideal self*. Individu cenderung membeli atau mengonsumsi produk tertentu untuk mendekatkan diri pada citra ideal yang diharapkan. Namun, pemenuhan melalui konsumsi bersifat sementara dan seringkali tidak menyelesaikan akar permasalahan psikologis, sehingga berpotensi menimbulkan siklus ketidakpuasan yang berulang.

Dari perspektif *self-determination theory* (Deci & Ryan, 1985), kesejahteraan psikologis sangat dipengaruhi oleh terpenuhinya tiga kebutuhan dasar psikologis, yaitu otonomi, kompetensi, dan keterhubungan (*relatedness*). Perilaku konsumtif yang berlebihan cenderung berorientasi pada pemenuhan kebutuhan eksternal (misalnya pengakuan sosial atau status), sehingga dapat menghambat pemenuhan kebutuhan psikologis intrinsik. Akibatnya, individu menjadi lebih bergantung pada faktor eksternal untuk memperoleh kepuasan, yang pada akhirnya dapat menurunkan kualitas kesejahteraan psikologis. Lebih lanjut, teori *Hedonic Treadmill* menjelaskan bahwa individu cenderung kembali pada tingkat kebahagiaan dasar setelah mengalami peningkatan kesenangan akibat konsumsi (Brickman & Campbell, 1971). Dengan demikian, kepuasan yang diperoleh dari perilaku konsumtif bersifat sementara dan tidak berkontribusi secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis jangka panjang. Bahkan, dalam jangka panjang, perilaku ini dapat memunculkan konsekuensi negatif seperti stres finansial, perasaan bersalah, serta ketidakpuasan diri.

Individu dengan tingkat perilaku konsumtif yang tinggi cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan individu yang mampu mengelola perilaku konsumsinya secara adaptif. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku konsumtif dapat menjadi salah satu faktor risiko yang memengaruhi kondisi psikologis individu, khususnya pada mahasiswa yang berada dalam fase eksplorasi identitas dan gaya hidup. Sejumlah penelitian empiris menunjukkan bahwa perilaku konsumtif memiliki

hubungan dengan berbagai indikator kesejahteraan psikologis, seperti kepuasan hidup, stres, dan kecemasan. Beberapa penelitian terdahulu menemukan bahwa perilaku konsumtif berkaitan dengan penurunan kesejahteraan psikologis, meskipun terdapat pula penelitian yang menunjukkan hasil yang berbeda.

Sebagai contoh, Helga Dittmar (2014) dalam penelitian meta-analisisnya menemukan bahwa materialisme dan perilaku konsumtif memiliki hubungan negatif dengan kesejahteraan psikologis, kepuasan hidup, serta kesehatan mental individu. Selain itu, penelitian oleh Atmaja dan Mariyati (2025) menemukan bahwa gaya hidup hedonis berkontribusi terhadap meningkatnya perilaku konsumtif mahasiswa, yang berkaitan dengan rendahnya kontrol diri dan kecenderungan pencarian kesenangan sesaat. Penelitian lain oleh Martha dan Setyadi (2024) menunjukkan adanya hubungan antara emotional focused coping dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa, di mana perilaku konsumtif digunakan sebagai bentuk pelarian emosional dari tekanan psikologis. Namun, tidak semua penelitian menemukan pengaruh langsung terhadap kesejahteraan psikologis. Penelitian oleh Nurul Afifah (2025) menunjukkan bahwa perilaku konsumtif mahasiswa lebih banyak dipengaruhi oleh gaya hidup dan kemampuan manajemen keuangan dibandingkan kondisi psikologis secara langsung.

Berdasarkan uraian teoritis tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku konsumtif memiliki potensi untuk memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa. Semakin tinggi tingkat perilaku konsumtif, maka semakin besar kemungkinan individu mengalami penurunan kesejahteraan psikologis, terutama dalam aspek otonomi, penerimaan diri, dan tujuan hidup. Sebaliknya, individu yang mampu mengontrol perilaku konsumtifnya cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Dengan demikian, penelitian ini diarahkan untuk menguji secara empiris pengaruh perilaku konsumtif terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan kedua variabel tersebut.

Rumusan Masalah dan Hipotesis

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh perilaku konsumtif terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Sehubungan dengan tujuan tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh perilaku konsumtif terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditetapkan, hipotesis penelitian dirumuskan sebagai berikut. Hipotesis alternatif (H_1) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara perilaku konsumtif dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Sementara itu, hipotesis nol (H_0) menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara perilaku konsumtif dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian non-eksperimental, khususnya desain korelasional kausal. Pendekatan ini dipilih untuk menguji pengaruh perilaku konsumtif terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Pengukuran perilaku konsumtif dilakukan menggunakan skala perilaku konsumtif yang dikembangkan oleh Lina dan Rosyid (1997). Skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek perilaku konsumtif, seperti pembelian impulsif, pembelian yang tidak rasional, serta kecenderungan membeli produk untuk memperoleh simbol status dan pengakuan sosial.

Variabel kesejahteraan psikologis diukur menggunakan Ryff's Psychological Well-Being Scale yang dikembangkan oleh Carol D. Ryff (1989). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh perilaku konsumtif terhadap kesejahteraan psikologis. Sebelum dilakukan analisis utama, dilakukan uji asumsi statistik yang meliputi uji normalitas,

uji linearitas, uji validitas, dan uji reliabilitas untuk memastikan kelayakan data dan alat ukur dalam analisis regresi.

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah non-probability sampling dengan metode convenience sampling, yaitu pemilihan partisipan berdasarkan kemudahan akses peneliti. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) mahasiswa aktif berusia 18–25 tahun, (2) sedang menjalani perkuliahan pada saat penelitian dilakukan, dan (3) bersedia untuk berpartisipasi secara sukarela dengan mengisi kuesioner penelitian. Jumlah partisipan dalam penelitian ini direncanakan minimal sebanyak 100 responden untuk memenuhi kebutuhan analisis statistik. Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner secara daring menggunakan platform survei online. Seluruh partisipan diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian serta jaminan kerahasiaan data sebelum mengisi kuesioner. Partisipasi dalam penelitian ini bersifat sukarela, dan partisipan dapat menghentikan keikutsertaan kapan saja tanpa konsekuensi apa pun.

HASIL

Deskripsi Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 107 mahasiswa aktif yang mengisi kuesioner secara lengkap. mayoritas partisipan berjenis kelamin perempuan (59.8%), berusia 18–20 tahun (52.3%), berada pada semester 4 (44.9%), dan berdomisili di wilayah Jabodetabek (93.5%). Gambaran demografis partisipan lebih rinci pada Tabel 1.

Tabel 1

Deskripsi Demografis Partisipan (N = 107)

	Kategori	Frekuensi
Jenis Kelamin	Laki-Laki	43
	Perempuan	64
Usia	18-20 Tahun	56
	20-22 Tahun	43
	22-25 Tahun	8
Semester	Semester 2	26
	Semester 4	48
	Semester 6	28
	Semester 8+	5
Domisili	Jabodetabek	100
	Luar Jabodetabek	7

Statistik Deskriptif

Berikut disajikan statistik deskriptif untuk kedua variabel penelitian:

Tabel 2

Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Minimal	Maksimal	Mean	SD
Perilaku Konsumtif (X)	107	34	131	82.40	17.92
Kesejahteraan Psikologis (Y)	107	122	252	201.50	26.96

Berdasarkan Tabel 2, skor perilaku konsumtif partisipan memiliki nilai rata-rata sebesar 82.40 ($SD = 17.92$) dengan skor minimum 34 dan maksimum 131. Sementara itu, skor kesejahteraan psikologis memiliki nilai rata-rata sebesar 201.50 ($SD = 26.96$) dengan skor minimum 122 dan maksimum 252. Berdasarkan kategorisasi norma kelompok (tinggi: $M + 1SD$, sedang: $M \pm 1SD$, rendah: $M - 1SD$), diperoleh distribusi sebagai berikut:

Tabel 3*Kategorisasi Skor Variabel Penelitian*

Variabel	Kategori	Rentang Skor	N	%
Perilaku Konsumtif	Tinggi	>100	14	13
	Sedang	65 - 100	77	72
	Rendah	<65	16	15
Kesejahteraan Psikologis	Tinggi	>228	17	15.9
	Sedang	175 - 228	74	69.1
	Rendah	<175	16	15

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan berada pada kategori sedang, baik pada variabel perilaku konsumtif (72%) maupun kesejahteraan psikologis (69.1%).

Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas dilakukan menggunakan metode *corrected item-total correlation*. Item dinyatakan *valid* apabila nilai korelasi ≥ 0.30 . Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh 42 *item* skala kesejahteraan psikologis (Ryff PWB) memiliki korelasi item-total berkisar antara $r = 0.452$ hingga $r = 0.777$, sehingga seluruh item dinyatakan *valid*. Pada skala perilaku konsumtif, dari 24 *item* yang diujikan, terdapat 20 *item* valid ($r = 0.371$ hingga $r = 0.768$) dan 4 *item* yang tidak memenuhi syarat validitas ($r < 0.30$), sehingga item-item tersebut dikeluarkan dari analisis selanjutnya.

Tabel 4*Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas*

Skala	Jumlah Item Awal	Item Valid	Item Gugur	Cronbach's Alpha
Perilaku Konsumtif	24	20	4	0.907
Kesejahteraan Psikologis	42	42	0	0.969

Berdasarkan **Tabel 4**, hasil uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha menunjukkan bahwa skala perilaku konsumtif memiliki koefisien alpha sebesar 0.907 dan skala kesejahteraan psikologis sebesar 0.969. Kedua nilai tersebut jauh melampaui batas minimal 0.70 (Nunnally, 1978), sehingga kedua instrumen dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam analisis.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov untuk memeriksa distribusi data kedua variabel. Hasil disajikan pada **Tabel 5** berikut:

Tabel 5

Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

Variabel	Ks	<i>p</i>	Keterangan
Perilaku Konsumtif (X)	0.0561	0.871	Normal
Kesejahteraan Psikologis (Y)	0.0782	0.505	Normal

Berdasarkan **Tabel 5**, data perilaku konsumtif memperoleh nilai $KS = 0.056$, $p = 0.871$ dan data kesejahteraan psikologis memperoleh nilai $KS = 0.078$, $p = 0.505$. Karena nilai p kedua variabel > 0.05 , maka dapat disimpulkan bahwa distribusi data kedua variabel adalah normal dan asumsi normalitas terpenuhi.

3.5. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk memastikan bahwa hubungan antara perilaku konsumtif dan kesejahteraan psikologis bersifat linear. Hasil uji disajikan pada **Tabel 6** berikut:

Tabel 6

Hasil Uji Linearitas

Variabel	<i>Deviation from Linearity</i>	
	F	<i>p</i>
Perilaku Konsumtif dan Kesejahteraan Psikologis	1.518	0.071

Berdasarkan **Tabel 6**, nilai F *Deviation from Linearity* = 1.518 dengan $p = 0.071 > 0.05$. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara perilaku konsumtif dan kesejahteraan psikologis bersifat linear, sehingga asumsi linearitas untuk analisis regresi terpenuhi.

3.6. Uji Hipotesis: Analisis Regresi Linear

Sederhana Setelah seluruh asumsi statistik terpenuhi, dilakukan analisis regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh perilaku konsumtif terhadap kesejahteraan psikologis. Hasil analisis disajikan pada **Tabel 7** dan **Tabel 8** berikut:

Tabel 7.

ANOVA Regresi Linear Sederhana

Model	<i>Sum of Squares</i>	df	Mean Square	F	<i>p</i>
Regresi	21.59	1	21.59	0.030	0.863
Residual	75.690,48	105	720.86		
Total	75.712,07	106			

Tabel 8*Koefisien Regresi Linear Sederhana*

	B	SE	β	t	p	R	R ²
Konstanta	203.600	12.971		15.697	< 0.001		
Perilaku Konsumtif	-0.025	0.147	-0.017	-0.173	0.863	0.017	0.000

Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana pada **Tabel 7** dan **Tabel 8**, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut: $\hat{Y} = 203,600 + (-0,025) X$

Nilai koefisien regresi (b) sebesar -0,025 menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu satuan skor perilaku konsumtif akan menurunkan skor kesejahteraan psikologis sebesar 0,025 poin. Namun demikian, nilai tersebut tidak signifikan secara statistik ($t = -0.173$, $p = 0.863 > 0.05$). Nilai $r = 0.017$ dan $R^2 = 0.000$ menunjukkan bahwa perilaku konsumtif hanya menyumbangkan kontribusi yang sangat kecil (kurang dari 0.1%) terhadap varians kesejahteraan psikologis. Hasil uji F juga menunjukkan nilai yang tidak signifikan ($F = 0.030$, $p = 0.863 > 0.05$). Dengan demikian, H_0 gagal ditolak, yang berarti tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara perilaku konsumtif terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa dalam penelitian ini.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh perilaku konsumtif terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana, diperoleh temuan bahwa perilaku konsumtif tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis ($b = -0.025$, $t = -0.173$, $p = 0.863$, $R^2 = 0.000$). Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) gagal ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) tidak didukung secara empiris. Temuan ini perlu didiskusikan secara mendalam dalam konteks teoritis maupun empiris.

Hasil penelitian ini memperoleh temuan bahwa tinggi atau rendahnya perilaku konsumtif pada mahasiswa tidak memiliki pengaruh langsung terhadap kondisi kesejahteraan psikologis mereka. Temuan ini selaras dengan penelitian Larasati (2025) yang menyimpulkan bahwa perilaku konsumtif mahasiswa lebih dominan dipengaruhi oleh faktor gaya hidup dan kemampuan manajemen keuangan, bukan kondisi psikologis secara langsung. Implikasi dari hasil ini adalah bahwa mekanisme hubungan antara perilaku konsumtif dan kesejahteraan psikologis bersifat kompleks dan tidak linier, melainkan dimediasi atau dimoderasi oleh variabel-variabel lain seperti dukungan sosial, tingkat stres, dan kematangan finansial.

Secara teoretis, hasil ini tampaknya kontradiktif dengan prediksi teori *Hedonic Treadmill* (Brickman & Campbell, 1971) serta *Self-Determination Theory* (Deci & Ryan, 1985) yang menyatakan bahwa konsumsi berlebihan berorientasi ekstrinsik akan menghambat pemenuhan kebutuhan psikologis dasar dan menurunkan kesejahteraan. Namun, ketidaksignifikanan temuan ini dapat dijelaskan dengan argumen bahwa efek negatif perilaku konsumtif terhadap kesejahteraan psikologis bersifat kumulatif dan baru terlihat dalam jangka panjang pada mahasiswa yang masih berada dalam fase eksplorasi identitas, dampak psikologis dari perilaku konsumtif belum sepenuhnya terasa karena konsekuensi finansialnya belum diterima secara keseluruhan, sehingga aktivitas konsumsi justru memberikan rasa identitas dan pengakuan sosial yang bersifat sementara dan dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka. Berdasarkan temuan penelitian ini, mahasiswa tetap disarankan untuk mengembangkan kontrol diri serta kemampuan mengelola keuangan secara bijak dalam memenuhi kebutuhan dan keinginan konsumsi. Meskipun perilaku konsumtif tidak terbukti berpengaruh secara langsung terhadap kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini, perilaku konsumtif yang berlebihan tetap berpotensi menimbulkan berbagai konsekuensi negatif, seperti masalah keuangan, ketergantungan pada pengakuan sosial, serta penurunan penghargaan terhadap diri sendiri (*self-*

worth). Oleh karena itu, mahasiswa perlu membangun pola konsumsi yang lebih rasional dan bertanggung jawab agar dapat menjaga kesejahteraan diri secara lebih optimal dalam jangka panjang.

Ketidaksignifikanan hubungan langsung antara perilaku konsumtif dan kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini mengisyaratkan kemungkinan adanya variabel ketiga yang memediasi atau memoderasi hubungan tersebut. Penelitian Martha dan Setyadi (2024) menunjukkan bahwa *emotional focused coping* berperan sebagai variabel yang menghubungkan tekanan psikologis dengan perilaku konsumtif, bukan sebaliknya. Dengan kata lain, kesejahteraan psikologis yang rendah mungkin mendorong perilaku konsumtif sebagai strategi koping, sehingga arah kausalitasnya justru terbalik dari yang dihipotesiskan dalam penelitian ini.

Variabel seperti kontrol diri (*self-control*), manajemen keuangan, kecerdasan emosional, atau tekanan sosial kelompok sebaya (*peer pressure*) sangat mungkin berperan sebagai mediator atau moderator. Atmajaya dan Mariyati (2025) menemukan bahwa gaya hidup hedonis memediasi hubungan antara tekanan sosial dan perilaku konsumtif pada mahasiswa. Penelitian-penelitian selanjutnya perlu mempertimbangkan model yang lebih kompleks dan multivariat untuk mengungkap mekanisme tersebut. Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diakui. Pertama, penggunaan desain korelasional cross-sectional membatasi kemampuan untuk menarik kesimpulan kausal. Kedua, pengambilan sampel menggunakan convenience sampling membatasi generalisasi temuan ke populasi mahasiswa yang lebih luas. Ketiga, ukuran sampel yang terbatas ($N = 107$) mungkin tidak memiliki kekuatan statistik yang cukup untuk mendeteksi efek kecil. Keempat, kemungkinan adanya social desirability bias dalam pengisian kuesioner tidak dapat dikesampingkan, mengingat topik perilaku konsumtif berkaitan dengan citra diri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa perilaku konsumtif tidak berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh antara perilaku konsumtif dan kesejahteraan psikologis tidak terbukti dalam penelitian ini. Temuan ini mengindikasikan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa kemungkinan dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, seperti kontrol diri, manajemen keuangan, maupun faktor sosial dan lingkungan. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji variabel-variabel tersebut guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa.

REFERENSI

- Azwar. (2012). *Reliabilitas dan validitas aitem*. Pustaka Pelajar.
- Arnould, E. J., & Thompson, C. J. (2005). Consumer culture theory (CCT): Twenty years of research. *Journal of Consumer Research*, 31(4), 868–882. <https://doi.org/10.1086/426626>
- Baudrillard, J. (1998). *The consumer society: Myths and structures*. Sage Publications.
- Brickman, P., & Campbell, D. T. (1971). Hedonic relativism and planning the good society. In M. H. Appley (Ed.), *Adaptation-level theory* (pp. 287–302). Academic Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2015). Self-determination theory. In J. D. Wright (Ed.), *International encyclopedia of the social and behavioral sciences* (2nd ed., pp. 486–491). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.26036-4>
- Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, 61(4), 305–314. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.305>

- 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>
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319–340. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.94.3.319>
- Khairat, M., Yusri, N., & Yuliana, S. (2019). Hubungan gaya hidup hedonis dengan perilaku konsumtif pada mahasiswi. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 9(2), 130–139. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v9i2.861>
- Kotler, P., & Keller, K. L. (2016). *Marketing management* (15th ed.). Pearson.
- Larasati, N. A., Suroso, & Pratitis, N. T. (2025). The relationship between emotional regulation, resilience and quarter life crisis in final year students. *Journal of Scientific Research, Education, and Technology (JSRET)*, 4(1), 576–585. <https://doi.org/10.58526/jsret.v4i1.729>
- Lina, & Rosyid, H. F. (1997). Perilaku konsumtif berdasarkan locus of control pada remaja putri. *Psikologika*, 2(4), 5–13.
- Martha, D. A. E., & Setyadi, D. (2024). Hubungan antara emotional focused coping dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Pandalungan: Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling dan Multikultural*, 2(2), 153–157. <https://doi.org/10.31537/pandalungan.v2i2.1855>
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory* (2nd ed.). McGraw-Hill.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Uji validitas konstruk pada instrumen Ryff's Psychological Well-Being Scale dengan metode confirmatory factor analysis (CFA). (2019). *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia)*, 7(1), 8–14. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i1.12103>