

## ***The Relationship Between Hedonic Lifestyle and Self Control on Consumer Behavior among Students in the Umsida Sports Student Activity Unit***

### **[Hubungan Antara Gaya Hidup Hedonis dan Kontrol Diri terhadap Perilaku Konsumtif pada Mahasiswa Ukm Olahraga Umsida]**

Madhofil Amri Majid<sup>1)</sup>, Hazim<sup>\*,2)</sup>

<sup>1)</sup> Program Studi Psikologi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

<sup>2)</sup> Program Studi Psikologi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: [hazim@umsida.ac.id](mailto:hazim@umsida.ac.id)

**Abstract.** *The consumptive behavior of students has recently increased rapidly due to exposure to social media, the ease of access to online shopping, and low self-control. This study aims to determine the relationship between a hedonistic lifestyle and self-control on consumptive behavior among students of the Sports Students Activity Unit (UKM Olahraga) at UMSIDA. This research used a quantitative correlational approach involving 183 respondents selected through a census technique. Data were collected using a Likert scale and were analyzed using multiple correlation analysis. The results show that a hedonistic lifestyle has a significant positive relationship with consumptive behavior, while self-control has a significant negative relationship with consumptive behavior. Simultaneously, these variables contribute 78.7% ( $R^2 = 0.787$ ) to the variance in consumptive behavior, indicating that the Hedonistic Lifestyle ( $X_1$ ) and Self-Control ( $X_2$ ) variables together explain 78.7% of the variation in consumptive behavior. Meanwhile, the remaining 21.3% is influenced by other factors outside the variables examined in this study. Theoretically, this research strengthens the literature in economic psychology, and practically, it serves as a reference for students to improve financial literacy and self-control. The limitation of this study lies in its focus only on students of the UMSIDA Sports Student Activity Unit, so the results cannot be generalized to the entire student population.*

**Keywords** - *hedonic lifestyle, self-control, consumer behavior*

**Abstrak.** *Penelitian Perilaku konsumtif mahasiswa saat ini meningkat pesat akibat paparan media sosial, kemudahan akses belanja online, serta rendahnya pengendalian diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara gaya hidup hedonis dan kontrol diri terhadap perilaku konsumtif pada mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional terhadap 183 responden yang dipilih melalui teknik sensus, data dikumpulkan melalui skala Likert dan dianalisis menggunakan metode analisis korelasi berganda (multiple correlation). Hasil penelitian menunjukkan bahwa gaya hidup hedonis berhubungan positif signifikan, sedangkan kontrol diri berhubungan negatif signifikan terhadap perilaku konsumtif, dengan kontribusi simultan sebesar 78,7% ( $R^2 = 0,787$ ) variasi perilaku konsumtif dapat dijelaskan secara simultan oleh variabel Gaya Hidup Hedonis ( $X_1$ ) dan Kontrol diri ( $X_2$ ) Sementara itu, 21,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel yang diteliti dalam penelitian ini. Secara teoritis, penelitian ini memperkuat literatur psikologi ekonomi, serta secara praktis menjadi acuan bagi mahasiswa untuk meningkatkan literasi keuangan dan kontrol diri. Keterbatasan penelitian ini terletak pada fokus subjek yang hanya mencakup mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA, sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasi untuk seluruh populasi mahasiswa.*

**Kata Kunci** - *gaya hidup hedonis, kontrol diri, perilaku konsumtif*

## **I. PENDAHULUAN**

Kemajuan teknologi digital, gencarnya promosi di media sosial, serta kemudahan akses layanan keuangan seperti paylater dan e-wallet meningkatkan budaya konsumsi di Indonesia, terutama di kalangan usia muda. Berdasarkan data dari Lokadata.id, sebanyak 78% masyarakat Indonesia menggunakan aplikasi finance technology (fintech) termasuk paylater dan e-wallet dalam satu hari [1], [2]. Banyak nya presentase tersebut karena kemudahan akses dan kemampuan fintech untuk memfasilitasi transaksi keuangan yang cepat dan efisien Salah satu layanan fintech yang paling banyak digunakan generasi muda adalah Buy Now Pay Later (Paylater) [3]. Tekanan sosial dari lingkungan pertemanan dan kebutuhan eksistensi di media sosial, serta Paparan terhadap konten yang menonjolkan gaya hidup mewah dan kepuasan instan dapat memengaruhi cara mahasiswa memandang kebutuhan dan keinginan mereka,

Copyright © Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. This preprint is protected by copyright held by Universitas Muhammadiyah Sidoarjo and is distributed under the Creative Commons Attribution License (CC BY). Users may share, distribute, or reproduce the work as long as the original author(s) and copyright holder are credited, and the preprint server is cited per academic standards.

Authors retain the right to publish their work in academic journals where copyright remains with them. Any use, distribution, or reproduction that does not comply with these terms is not permitted.

sehingga mendorong mereka untuk melakukan pembelian secara impulsif atau tanpa perencanaan [4]. Suryanto menyatakan bahwa mahasiswa cenderung lebih suka menghabiskan waktu di pusat hiburan dan pusat perbelanjaan, serta aktif di media sosial, yang membuat mereka sangat rentan terhadap perilaku konsumtif dan pengeluaran yang berlebihan [5].

Perilaku konsumtif adalah tindakan membeli barang atau jasa secara berlebihan, yang dipertimbangkan secara tidak rasional, bukan berdasarkan kebutuhan fungsional, melainkan karena dorongan emosional, tekanan sosial, dan citra diri [5]. Pengaruh dari perilaku konsumtif ini akan mengarah ke konsumsi yang tidak bijak dan menyebabkan dampak negatif. Dari faktor kontrol diri dapat memoderasi pengaruh gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif mahasiswa. Mahasiswa dengan kontrol diri rendah sangat rentan terhadap gaya hidup hedonis sehingga mengakibatkan perilaku konsumtif berlebihan [6].

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Mengga, dkk, gaya hidup hedonis dan kontrol diri berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumtif Mahasiswa Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Kristen Indonesia Toraja [7]. Penelitian mengenai hubungan antara gaya hidup hedonis dengan perilaku konsumtif juga pernah dilakukan oleh Rahmat dkk, di tahun 2020, yang menunjukkan hasil bahwa terdapat pengaruh positif terhadap perilaku konsumtif mahasiswa, yang berarti bahwa semakin tinggi gaya hidup hedonis akan semakin tinggi perilaku konsumtif mahasiswa [8]. Penelitian lainnya dilakukan oleh Handayani, K.T di tahun 2020, menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara gaya hidup hedonis dan kontrol diri dengan perilaku konsumtif terhadap K-Pop pada mahasiswa UIN SUSKA Riau [9]. Di tahun 2024, Pawestri dkk juga melakukan penelitian serupa, hasil analisis menunjukkan bahwa kontrol diri berpengaruh negatif terhadap perilaku konsumtif, sedangkan gaya hidup hedonisme berpengaruh positif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa menghabiskan hingga 50% dari uang saku mereka untuk fashion, dipengaruhi tren dan iklan, meskipun mayoritas responden memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi [10]. Penelitian lainnya dilakukan oleh Syarifaaah dkk di tahun 2023, hasil penelitiannya menyatakan bahwa kontrol diri berpengaruh terhadap perilaku konsumtif [11]. Berdasarkan beberapa penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa gaya hidup hedonis dan kontrol diri memiliki hubungan yang erat dengan perilaku konsumtif mahasiswa.

Dinamika mahasiswa yang tergabung dalam Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) olahraga berbeda dengan dinamika mahasiswa pada umumnya. Aktivitas organisasi yang tinggi, latihan yang rutin dijalani bersama mahasiswa dalam satu UKM olahraga, maupun interaksi sosial yang kuat diantara para mahasiswa tersebut menimbulkan kecenderungan bagi para mahasiswa untuk secara konformitas terhadap standar dari kelompok tersebut. Mahasiswa dengan ini akan cenderung mengikuti standar bagi gaya berpakaian, penggunaan perlengkapan olahraga bermerek, gaya hidup, serta konsumsi mahasiswa dalam kegiatan sehari-hari. Sebagian mahasiswa dalam kelompok ini juga memiliki kecenderungan untuk menjaga penampilan dan citra diri mahasiswa tersebut di lingkungan sosial maupun media sosial. Mahasiswa dengan kecenderungan untuk berpakaian fashion olahraga, memiliki keinginan untuk menggunakan perlengkapan bermerek, serta mengejar tren tertentu pada lingkungan sosialnya merupakan bentuk aktualisasi diri serta memenuhi kebutuhan akan pengakuan sosial dari kelompok sosialnya. Kecenderungan untuk mengikuti interaksi sosial yang kuat di lingkungan UKM olahraga ini menstimulasi para mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan pergaulan mereka, sehingga meningkatkan kecenderungan terhadap perilaku konsumtif.

Penelitian sebelumnya yg telah dilakukan oleh Nurmala, dkk, di tahun 2022 menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara konformitas dan perilaku konsumtif pada atlet mahasiswa. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa kegiatan rutinitas atau interaksi sosial yang sering terjadi di lingkungan olahraga dapat memunculkan konformitas kelompok yang kemudian mempengaruhi atlet untuk melakukan perilaku konsumtif yang diharapkan oleh kelompok tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa atlet mahasiswa mempunyai keinginan untuk tampak sama seperti lingkungan pergaulan mahasiswa lainnya sehingga mahasiswa atlet sangat mudah terpengaruh oleh tren atau gaya hidup yang dijalani oleh kelompok tersebut [12].

Perilaku konsumtif merupakan tindakan membeli barang atau jasa yang cenderung berlebihan dan tidak didasarkan pada kebutuhan aktual, tetapi lebih pada keinginan emosional, pengaruh sosial, atau dorongan psikologis. Teori-teori yang melandasi perilaku ini berasal dari ranah sosiologi, psikologi, dan ekonomi. Menurut teori Tindakan Sosial Max Weber menyatakan bahwa tindakan manusia tidak hanya rasional tetapi juga sosial, yakni dipengaruhi oleh makna subjektif dan respon terhadap orang lain. Dalam konteks konsumtif, pembelian dilakukan bukan hanya karena kebutuhan pribadi, melainkan untuk mendapatkan pengakuan sosial [13]. Aspek-aspek perilaku konsumtif, seperti yang dijelaskan oleh Lina & Rosyid meliputi: 1) Pembelian Impulsif, yang menunjukkan bahwa individu dapat melakukan pembelian berdasarkan dorongan yang tiba-tiba muncul atau keinginan sesaat, tanpa mempertimbangkan konsekuensi di masa depan, dan biasanya bersifat emosional; 2) Pembelian Tidak Rasional, yang menggambarkan perilaku konsumen yang melakukan pembelian hanya untuk mencari kesenangan semata; 3) Pemborosan, yang merupakan salah satu aspek dari perilaku konsumtif, di mana individu cenderung menghabiskan uang secara berlebihan tanpa didasari oleh kebutuhan yang jelas [14]. Pembelian impulsif terjadi ketika individu membeli barang

secara tiba-tiba tanpa perencanaan, pembelian tidak rasional dilakukan semata-mata untuk mencari kesenangan, sedangkan pemborosan ditunjukkan melalui penggunaan uang secara berlebihan tanpa didasari kebutuhan yang jelas. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa perilaku konsumtif tidak hanya berkaitan dengan aktivitas ekonomi, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi psikologis dan sosial individu.

Tingkat konsumtif seseorang tersebut didasari dengan adanya perilaku konsumtif secara berlebihan. Munculnya perilaku konsumtif tentunya disebabkan oleh beberapa faktor-faktor yang membentuk Perilaku konsumtif sendiri dapat dipicu oleh dua kondisi yaitu kondisi internal dan kondisi eksternal. Kondisi internal adalah suatu konsep yang sudah terbentuk dari pribadi individu tersebut, seperti motivasi, pemahaman yang berasal dari pembelajaran dan keahlian, personaliti, status *finansial*, *lifestyle*, dan perilaku. Sementara unsur eksternal adalah faktor yang datang dari lingkungan, misalnya kultur budaya, strata sosial, lingkungan keluarga dan kelompok panutan [15]. Mahasiswa sebagai generasi muda yang berada dalam masa peralihan menuju kedewasaan, kerap kali menghadapi tekanan sosial yang berujung pada pembentukan gaya hidup yang konsumtif. Dalam konteks ini, gaya hidup hedonis menjadi salah satu faktor utama yang mendorong individu untuk mencari kesenangan sesaat melalui aktivitas konsumsi. Penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat gaya hidup hedonis, maka semakin besar kecenderungan mahasiswa untuk terlibat dalam perilaku konsumtif [10]. Namun demikian, keberadaan kontrol diri yang kuat dapat menekan dorongan tersebut. Individu yang memiliki kontrol diri tinggi cenderung mampu mengatur impuls dan perilaku konsumsinya secara lebih rasional [16].

Adapun survei awal yang dilakukan peneliti terhadap mahasiswa UKM olahraga umsida dengan menggunakan skala psikologi untuk mengukur perilaku konsumtif dengan cara menyebar kuesioner online dan wawancara. Berdasarkan survei terhadap 36 orang mahasiswa, 24 orang (66,67%) di antaranya sering berbelanja hanya karena adanya diskon. Ini menunjukkan bahwa mahasiswa ini memiliki keputusan berbelanja yang dipengaruhi oleh faktor emosi. 21 orang (58,33%) di antaranya sering membelai berdasarkan keinginan. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa ini tidak selalu mempertimbangkan keputusan berbelanja secara rasional. 30 orang mahasiswa (83,33%) di antaranya menggunakan uang jajan atau uang bulanannya untuk berbelanja. Ini merupakan tanda dari perilaku konsumtif yang berpotensi boros. Mahasiswa ini tidak menjaga keseimbangan keuangan pribadi mereka. Meskipun data ini tidak sesuai dengan data lain, tetap saja dapat dianggap bahwa mahasiswa cenderung berbelanja berdasarkan keinginan untuk meningkatkan citra dirinya. Hanya saja, hal ini dapat berdampak negatif terhadap keseimbangan mental mereka.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap 2 mahasiswa sebagai berikut; oleh "R" mahasiswa UKM Olahraga, fakultas Manajemen Umsida, berikut kutipan wawancaranya : kalau saya suka belanja karna ngikutin trend yang lagi viral ditiktok sih kak. kadang juga kalau lagi jalan jalan gitu aku suka beli barang-barang yang lagi promo dan bahkan bukan barang yang memang aku butuhin. Emang saya anaknya fomo aja biar ngga ketinggalan jaman.

Pendapat lain dikemukakan oleh "A" mahasiswa UKM Olahraga, Fakultas Psikologi Umsida, Berikut kutipan wawancaranya: kalau barang barang yang aku butuhin biasanya aku catat apa aja yang harus aku beli. Tetapi ada aja barang yang kebeli karena mau ngikutin trend gitu. Kadang aku rela beli barang secound buat bisa kebeli yg bermerk.

Berdasarkan hasil survei dan wawancara, perilaku konsumtif pada mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA cukup menonjol dan dipengaruhi oleh faktor psikologis. Membeli karena diskon dan promosi lainnya akibat harga moneter atau tren yang sedang tren saat ini menunjukkan gaya hidup hedonis, sedangkan membeli barang bermerek karena masalah citra diri menunjukkan kontrol diri yang lemah. Dampak dari perilaku ini dapat berdampak negatif pada pengelolaan keuangan dan keseimbangan psikologis para mahasiswa. Temuan awal ini mendukung perlunya penelitian lebih lanjut untuk menyelidiki hubungan antara hedonisme dan kontrol diri terhadap perilaku konsumtif pada Mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA.

Gaya hidup hedonis di pengaruhi oleh dua faktor internal yaitu peristiwa yang terjadi dalam diri individu dan kepercayaan bahwa dirinya dapat menjalani gaya hidup yang seimbang dengan kehendaknya [17]. Gaya hidup merupakan kebiasaan seseorang yang sesuai dengan perkembangan zaman atau tindakan yang membedakan antara satu orang dengan orang lain, yang berfungsi dalam interaksi dengan cara-cara yang mungkin tidak dapat dipahami oleh yang tidak hidup dalam masyarakat modern. Gaya hidup tidak benar-benar dibutuhkan seseorang, namun hanya sekedar tidak mau kalah dengan yang lain sehingga berlomba-lomba mengikuti trend [18]. Menurut Kasali bahwa definisi gaya hidup hedonis adalah tatanan hidup yang mengarahkan aktivitasnya untuk mencari kesenangan hidup, seperti lebih menghabiskan banyak waktu di luar, bermain lebih banyak, menyukai kerumunan kota, senang membeli barang mahal (bermerk) untuk memenuhi keinginannya, cenderung menjadi pengikut dalam gaya hidup mereka (*influencer*) dan selalu ingin menjadi pusat perhatian [18]. Terdapat juga aspek-aspek munculnya perilaku gaya hidup hedonisme. Aspek-aspek perilaku gaya hidup hedonisme antara lain; 1) kegiatan, yakni sebuah tindakan nyata yang mengejar modernitas fisik seperti membelanjakan banyak barang yang tidak dibutuhkan, seringkali beraktivitas di luar, pergi ke pusat belanja dan cafe; 2) minat, contohnya mempunyai minat kepada makanan, busana, barang-barang mewah, tempat berkumpul dan menjadi sorotan; 3) opini yakni adanya relativitas pada kenikmatan diatas rata-rata dan munculnya pemikiran berupa dunia membenci dirinya disaat munculnya masalah yang berat [19]. Penelitian

mengenai gaya hidup hedonis menunjukkan korelasi positif terhadap perilaku konsumtif. Penelitian sebelumnya oleh mutiara dkk (2024), terhadap 384 mahasiswa, diketahui bahwa terdapat sebanyak 160 mahasiswa (41,7%) memiliki gaya hidup hedonis tinggi dan 170 mahasiswa (44,3%) memiliki perilaku konsumtif sedang dengan hasil korelasi  $r = 0,780$  yang artinya berhubungan positif signifikan [17].

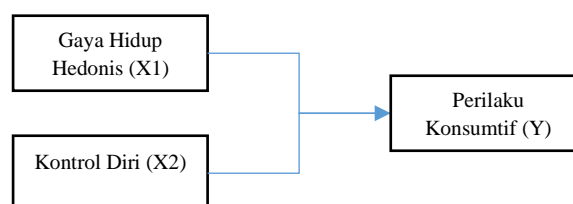
Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa mahasiswa hidup dengan gaya hedonis, yang berarti mereka sering menjadikan kesenangan atau kenikmatan sebagai tujuan utama dalam hidup mereka. Mereka cenderung menghabiskan banyak waktu di luar rumah dan percaya bahwa kebahagiaan berasal dari mencari kesenangan. Aktivitas yang umum dilakukan untuk mendapat kesenangan termasuk berbelanja di pusat perbelanjaan atau secara online, pergi ke klub, dan menghabiskan waktu serta uang hanya untuk kesenangan tanpa memikirkan apakah itu sudah menjadi kebutuhan atau bukan [18]. Gaya hidup hedonis seperti ini sering menimbulkan tekanan sosial maupun psikologis. Mereka yang tidak mampu mengikuti tren biasanya akan merasa kurang percaya diri dan akan merasa tertinggal. Di sisi lain, gaya hidup hedonis membuat banyak orang lupa akan pentingnya pengelolaan keuangan secara baik serta kemampuan dalam mengontrol diri.

Selain gaya hidup hedonis, terdapat faktor lain yang turut memengaruhi perilaku individu, yaitu kontrol diri. Kontrol diri ialah kemampuan seseorang untuk mengontrol atau mengubah respon dari dalam dirinya untuk menghindari diri dari perilaku yang tidak diharapkan dan mengarahkan dirinya pada sesuatu yang ingin digapai [20]. Menurut Saputra, dkk, mendefinisikan kontrol diri sebagai kapasitas seseorang dalam mengendalikan dorongannya sehingga ia tidak bertindak impulsif untuk mencapai kepuasan atau kesenangan secara instan [21]. Kontrol diri merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan impuls - impuls atau tingkah laku salah satu cara yang bisa digunakan untuk menangani permasalahan tersebut adalah konseling kelompok [22]. Terdapat tiga aspek kemampuan dalam mengendalikan diri, yang biasanya disebut dengan kontrol personal. Ketiga aspek tersebut adalah (1) *behavioral control* (kontrol perilaku), (2) *cognitive control* (kontrol kognitif), dan (3) *decisional control* (kontrol dalam pengambilan keputusan). Selain ketiga aspek kemampuan dalam mengendalikan diri, terdapat pula dua faktor yang mampu mempengaruhi pengendalian diri, kedua faktor tersebut adalah faktor internal dan faktor eksternal. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengendalian diri mengacu pada kemampuan seorang individu dalam mengendalikan pikiran, emosi, tekanan bahkan perilaku seseorang [23].

Berdasarkan latar belakang, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana gaya hidup hedonis dan kontrol diri dapat berhubungan dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA. Mahasiswa UKM Olahraga yang dipilih sebagai objek penelitian dikarenakan oleh karakteristik mahasiswa yang aktif dalam kegiatan sosial, banyaknya interaksi siswa yang terbatas pada lingkungan UKM Olahraga tersebut namun tetap menampilkan adanya konformitas dalam kegiatan yang mereka lakukan. Selain itu, karena penelitian mengenai perilaku konsumtif pada mahasiswa UKM Olahraga masih sangat terbatas maka penelitian ini memiliki nilai kebaruan dibandingkan dengan yang telah dilakukan sebelumnya. Penelitian ini bertujuan untuk dapat mengungkapkan hubungan antara gaya hidup hedonis dan kontrol diri terhadap perilaku konsumtif pada mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA. Meskipun telah ada penelitian sebelumnya mengenai hubungan antara gaya hidup hedonis dan perilaku konsumtif, atau hubungan antara kontrol diri dan perilaku konsumtif, namun pada penelitian sebelumnya belum ada yang melakukan penelitian terhadap mahasiswa yang merupakan anggota dari UKM Olahraga di Suatu Universitas. Oleh karena itu, penelitian ini diperlukan untuk memberikan pemahaman mendalam serta dasar bagi intervensi preventif yang efektif. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif antara gaya hidup hedonis dengan perilaku konsumtif, dan terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA. Serta terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup hedonis dan kontrol diri secara simultan terhadap perilaku konsumtif pada mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA.

## II. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif pendekatan korelasional yaitu menggunakan data angka untuk mengetahui ada tidaknya hubungan (korelasi) antara dua atau lebih variabel tanpa melakukan manipulasi atau perlakuan khusus terhadap variabel tersebut. Terdapat tiga variabel dalam penelitian ini, yaitu Gaya Hidup Hedonis (X1), Kontrol Diri (X2), dan Perilaku Konsumtif (Y).



### Gambar 1. Kerangka Penelitian

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA yaitu 183 mahasiswa [24], sehingga seluruh populasi dijadikan responden penelitian. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah sampling jenuh, yaitu teknik penentuan sampel dengan mengambil seluruh anggota populasi sebagai sampel penelitian karena jumlah populasi relatif kecil [25].

Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner. Kuesioner adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data melalui serangkaian pertanyaan yang telah dirancang dengan tujuan mengukur variabel penelitian [26]. Instrumen yang digunakan berupa skala psikologis dengan metode pengumpulan data melalui penyebaran kuesioner berbasis skala Likert. Kuesioner tersebut mencakup tiga jenis skala, yakni skala Gaya Hidup Hedonis, skala Kontrol Diri, dan skala Perilaku Konsumtif, yang masing-masing dikembangkan untuk mengukur variabel-variabel yang menjadi fokus penelitian tanpa mengubah makna konseptual dari indikator yang digunakan.

Gaya hidup hedonis (X1) diukur menggunakan skala adopsi dari (Butarbutar, I. K. 2021). Terdapat tiga aspek-aspek gaya hidup hedonis yakni minat, aktifitas, dan opini. Terdiri dari 23 aitem skala dengan nilai koefisien alpha Cronbach sebesar 0,889 [27]. Kontrol Diri (X2) diukur menggunakan skala adopsi dari (Himami, S.S. 2024). Aspek-aspek kontrol diri yakni *behavior control*, *cognitive control*, dan *decesional control*. Skala ini berjumlah 22 aitem dengan nilai koefisien alpha Cronbach sebesar 0,781 [28]. Perilaku konsumtif (Y) diukur menggunakan skala adopsi dari (Himami, S.S. 2024). Ada tiga aspek yakni pembelian impulsif, pembelian boros, dan pembelian non rasional. Skala ini berjumlah 27 aitem dengan nilai koefisien alpha Cronbach sebesar 0,882 [28].

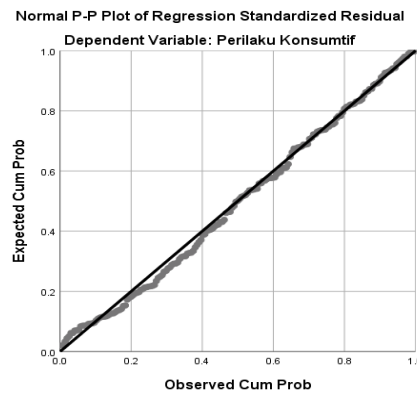
Seluruh indikator tersebut diadopsi dari instrumen penelitian sebelumnya, kemudian digunakan dalam bentuk kuesioner tertutup yang diukur menggunakan skala Likert. Instrumen penelitian ini disusun dalam format kuesioner online menggunakan google form agar dapat diisi oleh responden secara digital, penyebaran kuesioner dilakukan melalui tautan (link) yang dibagikan kepada responden serta dengan mendatangi langsung UKM untuk memastikan partisipasi responden. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan metode analisis korelasi berganda (*multiple correlation*) untuk mengetahui hubungan antara dua variabel bebas (gaya hidup hedonis dan kontrol diri) dengan satu variabel terikat (perilaku konsumtif) [29]. Adapun software yang digunakan adalah SPSS for windows versi 25.0 pada proses pengujiannya.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil

Penelitian ini melibatkan 183 mahasiswa yang tergabung dalam berbagai Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah laki-laki, yaitu sebanyak 116 orang (63,39%), sisanya adalah perempuan (36,61%). Dari segi keikutsertaan UKM, sebagian besar mahasiswa mengikuti UKM Badminton, yaitu sebanyak 52 orang atau 28,42%. Selanjutnya, UKM Esport diikuti oleh 37 orang atau 20,22%, UKM Futsal sebanyak 29 orang atau 15,85%, UKM Voli sebanyak 28 orang atau 15,30%, dan UKM Panahan sebanyak 25 orang atau 13,66%. Sementara itu, UKM Basket merupakan UKM dengan jumlah anggota paling sedikit, yaitu 12 orang atau 6,56% dari total responden.

Sebelum melanjutkan pada tahap dan pengujian hipotesis, peneliti terlebih dahulu melakukan serangkaian tahapan analisis untuk memastikan bahwa data memenuhi kriteria kelayakan dan dapat dianalisis secara akurat [30]. Tahapan ini diawali dengan pelaksanaan uji asumsi klasik, yang meliputi uji normalitas untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal, uji linearitas untuk memastikan hubungan antara variabel independen dan dependen bersifat linear, serta uji multikolinearitas untuk mendeteksi adanya korelasi tinggi antar variabel independen [31]. Seluruh rangkaian uji tersebut dianalisis menggunakan aplikasi SPSS versi 25.0 for Windows, sehingga hasil yang diperoleh dapat dijadikan dasar dalam menentukan kelayakan analisis korelasi berganda dan pengujian hipotesis.

**Gambar 2.** Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian memiliki distribusi yang normal. Pengujian ini menggunakan metode statistik One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Selain itu, berdasarkan hasil grafik P-P Plot terlihat bahwa titik-titik residual menyebar di sekitar garis diagonal dan mengikuti arah garis tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa residual terdistribusi secara normal, sehingga data dalam penelitian ini telah memenuhi asumsi normalitas.

**Tabel 3.** Hasil Uji Linearitas

Variabel	Sig	Kesimpulan
Perilaku Konsumtif (Y) * Gaya Hidup Hedonis (X1)	0.676	Data Linear
Perilaku Konsumtif (Y) * Kontrol Diri (X2)	0.425	Data Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas, diperoleh nilai Sig. Deviation from Linearity sebesar 0,676 ( $> 0,05$ ) untuk hubungan antara gaya hidup hedonis dan perilaku konsumtif, sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan keduanya bersifat linier. Selanjutnya, untuk hubungan antara kontrol diri dan perilaku konsumtif, diperoleh nilai Sig. Deviation from Linearity sebesar 0,425 ( $> 0,05$ ), yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel ini juga bersifat linier. Dengan demikian, hasil uji linearitas mengonfirmasi bahwa data telah memenuhi asumsi linearitas, sehingga analisis dapat dilanjutkan ke tahap uji multikolinearitas.

**Tabel 4.** Uji Multikolinearitas

Variabel	Collinearity Statistics		kesimpulan
	Tolerance	VIF	
Gaya Hidup Hedonis X1	0.999	1.001	Non Multikolinearitas
Kontrol Diri X2	0.999	1.001	Non Multikolinearitas

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas, diperoleh nilai Tolerance sebesar 0,999 dan nilai VIF sebesar 1,001 untuk kedua variabel independen, yaitu gaya hidup hedonis (X1) dan kontrol diri (X2). Nilai tolerance yang lebih besar dari 0,10 dan nilai VIF yang kurang dari 10 menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi yang tinggi antarvariabel independen. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel independen tidak mengalami masalah multikolinearitas dan layak digunakan dalam analisis korelasi berganda.

**Tabel 5.** Hasil Analisis Korelasi Berganda

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.887 <sup>a</sup>	.787	.785	3.88899

a. Predictors: (Constant), Kontrol Diri, Gaya Hidup Hedonis

Hasil perhitungan korelasi gaya hidup hedonis dan kontrol diri dengan perilaku konsumtif atau (R) adalah sebesar 0,887. Nilai R menunjukkan kekuatan hubungan kedua variabel bebas (gaya hidup hedonis dan kontrol diri) secara simultan dengan perilaku konsumtif. Jadi pada permasalahan yang diteliti diketahui bahwa secara simultan gaya hidup hedonis dan kontrol diri memiliki hubungan yang sangat kuat dengan perilaku konsumtif. Hal ini terlihat dari nilai korelasi berada diantara 0,887 hingga 1,00 yang tergolong sangat kuat.

**Tabel 6.** Hasil Uji Hipotesis

Jenis Uji / Analisis	Variabel	Hasil Utama	Kesimpulan
Uji F (Simultan)	X <sub>1</sub> (Gaya Hidup Hedonis), X <sub>2</sub> (kontrol diri) → Y (Perilaku Konsumtif)	nilai F hitung sebesar 332,497. Model signifikan ( $p < 0,05$ )	Kedua variabel independen secara simultan berhubungan signifikan dengan perilaku konsumtif
Uji t (Parsial)	X <sub>1</sub> (Gaya Hidup Hedonis)	nilai t hitung sebesar 19,642 dan koefisien korelasi parsial sebesar 0,634. Hubungan positif signifikan ( $p < 0,05$ )	semakin tinggi gaya hidup hedonis mahasiswa, maka semakin tinggi pula perilaku konsumtifnya.
	X <sub>2</sub> (kontrol diri)	nilai t hitung sebesar -17,215 dan koefisien korelasi parsial sebesar -0,596. Hubungan negatif signifikan ( $p < 0,05$ )	semakin tinggi pengendalian diri mahasiswa, maka semakin rendah perilaku konsumtifnya.
Koefisien Determinasi Total	X <sub>1</sub> dan X <sub>2</sub> secara simultan → Y	$R^2 = 0,787$	Sebanyak 78,7% variasi perilaku konsumtif berkaitan dengan gaya hidup hedonis dan kontrol diri
Kontribusi Faktor Lain	—	21,3%	Variasi perilaku konsumtif lainnya berkaitan dengan faktor luar variabel penelitian

Pada tahap selanjutnya, peneliti melakukan Uji F untuk mengetahui sejauh mana variabel independen secara simultan mempengaruhi variabel dependen. Berdasarkan hasil analisis ANOVA dalam korelasi berganda, diperoleh nilai F hitung sebesar 332,497 dengan tingkat signifikansi 0,000. Karena nilai signifikansi tersebut berada di bawah ambang 0,05 ( $p < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan simultan yang signifikan antara variabel independen dan variabel dependen. Artinya, Gaya Hidup Hedonis (X<sub>1</sub>) dan kontrol diri (X<sub>2</sub>) secara bersama-sama memberikan kontribusi yang signifikan terhadap Perilaku Konsumtif (Y). Dengan demikian, model korelasi yang digunakan dalam penelitian ini dinyatakan layak untuk dilanjutkan pada tahap analisis berikutnya, yaitu pengujian hipotesis secara parsial melalui Uji t.

Hasil uji t menunjukkan bahwa secara parsial, variabel Gaya Hidup Hedonis (X<sub>1</sub>) memiliki koefisien korelasi parsial sebesar 0,634, dengan nilai t hitung sebesar 19,642 dan tingkat signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Temuan ini

menunjukkan bahwa gaya hidup hedonis memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap perilaku konsumtif, yang berarti semakin tinggi gaya hidup hedonis mahasiswa maka semakin tinggi pula tingkat perilaku konsumtif yang ditunjukkan. Sementara itu, variabel Kontrol Diri ( $X_2$ ) memiliki koefisien korelasi parsial sebesar  $-0,596$ , dengan nilai  $t$  hitung sebesar  $-17,215$  dan tingkat signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dan perilaku konsumtif, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat pengendalian diri yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah perilaku konsumtif yang mereka tunjukkan.

Peneliti kemudian melanjutkan analisis dengan melakukan uji koefisien determinasi dan memperoleh nilai R Square sebesar  $0,787$ . Temuan ini menunjukkan bahwa  $78,7\%$  variasi perilaku konsumtif dapat dijelaskan secara simultan oleh variabel Gaya Hidup Hedonis ( $X_1$ ) dan Kontrol Diri ( $X_2$ ). Sementara itu,  $21,3\%$  sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel yang diteliti dalam penelitian ini, sehingga menunjukkan bahwa meskipun kedua variabel memiliki kontribusi yang besar, masih terdapat faktor lain yang juga dapat mempengaruhi perilaku konsumtif mahasiswa.

**Tabel 7.** Uji Distribusi Frequency

Variabel	Kategorisasi Norma	Frekuensi	Persentase
<b>Gaya Hidup Hedonis (X1)</b>	Sangat Rendah	11	6,0%
	Rendah	47	25,7%
	Sedang	70	38,3%
	Tinggi	41	22,4%
	Sangat Tinggi	14	7,7%
<b>Kontrol Diri (X2)</b>	Sangat Rendah	14	7,7%
	Rendah	43	25,5%
	Sedang	68	37,2%
	Tinggi	47	25,7%
	Sangat Tinggi	11	6,0%
<b>Perilaku Konsumtif (Y)</b>	Sangat Rendah	13	7,1%
	Rendah	48	26,2%
	Sedang	64	35,0%
	Tinggi	43	23,5%
	Sangat Tinggi	15	8,2%

Berdasarkan data pada tabel di atas, mayoritas responden pada variabel gaya hidup hedonis ( $X_1$ ) berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 70 responden ( $38,3\%$ ). Selanjutnya diikuti oleh kategori rendah sebanyak 47 responden ( $25,7\%$ ), kategori tinggi sebanyak 41 responden ( $22,4\%$ ), kategori sangat tinggi sebanyak 14 responden ( $7,7\%$ ), dan kategori sangat rendah sebanyak 11 responden ( $6,0\%$ ). Pada variabel kontrol diri ( $X_2$ ), mayoritas responden juga berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 68 responden ( $37,2\%$ ). Kemudian diikuti oleh kategori tinggi sebanyak 47 responden ( $25,7\%$ ), kategori rendah sebanyak 43 responden ( $25,5\%$ ), kategori sangat rendah sebanyak 14 responden ( $7,7\%$ ), dan kategori sangat tinggi sebanyak 11 responden ( $6,0\%$ ). Adapun pada variabel perilaku konsumtif ( $Y$ ), mayoritas responden berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 64 responden ( $35,0\%$ ). Selanjutnya diikuti oleh kategori rendah sebanyak 48 responden ( $26,2\%$ ), kategori tinggi sebanyak 43 responden ( $23,5\%$ ), kategori sangat tinggi sebanyak 15 responden ( $8,2\%$ ), dan kategori sangat rendah sebanyak 13 responden ( $7,1\%$ ).

## B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 183 responden, Hipotesis pertama dan kedua dalam penelitian ini diterima. Hal ini mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara gaya hidup hedonis dan kontrol diri terhadap perilaku konsumtif pada mahasiswa. Hasil uji simultan menunjukkan bahwa kedua variabel independen secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumtif. Uji korelasi memperlihatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,001$ ), yang berarti nilai tersebut lebih kecil dari ambang batas 0,05.

Hipotesis pertama dalam penelitian ini mengajukan adanya terdapat hubungan positif antara gaya hidup hedonis dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Artinya terdapat hubungan yang berbanding lurus antara gaya hidup hedonis dengan perilaku konsumtif. Hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi (B) sebesar 0,634 dan nilai T hitung sebesar 19,642 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,001$ ). Secara praktis, temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecenderungan mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA untuk mengikuti gaya hidup hedonis seperti mengutamakan kesenangan, kemewahan, dan status sosial maka akan semakin tinggi pula perilaku konsumtif mereka. Mahasiswa yang terjebak dalam gaya hidup ini cenderung melakukan pembelian barang atau jasa bukan berdasarkan kebutuhan fungsional, melainkan demi memuaskan keinginan sesaat atau menjaga gengsi di lingkungan pergaulannya. Sebaliknya, jika gaya hidup hedonis dapat ditekan, maka perilaku konsumtif mahasiswa juga akan mengalami penurunan.

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa gaya hidup hedonis memiliki hubungan positif dan signifikan dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa semakin tinggi tingkat gaya hidup hedonis yang dijalani oleh mahasiswa maka semakin tinggi pula perilaku konsumtif yang ditampilkan oleh mahasiswa tersebut. Pemahaman mengenai gaya hidup hedonis menunjukkan bahwa gaya hidup ini mengarah kepada individu untuk menciptakan aktivitas dan kesenangan sebagai bagian utama dari kehidupan sehari-hari individu tersebut. Individu dengan gaya hidup hedonis akan melakukan keputusan pembelian berdasarkan keinginan untuk memperoleh kesenangan, memperoleh rasa percaya diri, maupun memperoleh pengakuan sosial dari masyarakat sekitarnya. Menurut Kasali, individu dengan gaya hidup hedonis akan menghabiskan sumber daya dan waktu untuk melakukan aktivitas yang memberikan kesenangan seperti berbelanja, mengikuti tren, menggunakan barang dengan merek terkenal, maupun melakukan aktivitas yang dapat memberikan rasa percaya diri pada dirinya sebagai individu [18]. Dengan mengatur hidupnya dengan cara ini, maka individu tersebut akan melakukan pembelian impulsif, pembelian yang tidak rasional dengan keinginannya, dan mengeluarkan sumber daya secara berlebihan. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara gaya hidup hedonis dengan perilaku konsumtif karena perilaku konsumtif mencakup pembelian impulsif, pembelian nonrasional, dan pemborosan seperti yang diungkapkan oleh Lina dan Rosyid [14].

Dinamika pengaruh gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif dapat dijelaskan melalui kecenderungan individu untuk menggunakan aktivitas konsumsi sebagai sarana memperoleh kepuasan emosional. Pengalaman ketika individu merasa bahwa kebahagiaan dapat dicapai melalui kepemilikan barang tertentu membuat aktivitas membeli menjadi cara bagi mereka untuk memenuhi kebutuhan psikologisnya. Hal ini menarik perhatian bagi individu untuk terlibat dalam promosi, diskon, tren baru serta rekomendasi dari lingkungan sosialnya. Barang yang dibeli oleh individu dalam kondisi ini juga tidak lagi berdasarkan kebutuhan akan barang tersebut, tetapi berdasarkan keinginan untuk mendapatkan kesenangan dan kepuasan sesaat saat melakukan pembelian tersebut. Temuan penelitian ini didukung oleh penelitian mutiara dkk (2024) yang menemukan adanya hubungan positif yang kuat antara gaya hidup hedonis dan perilaku konsumtif pada mahasiswa dengan nilai korelasi sebesar  $r = 0,780$ . Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat gaya hidup hedonis yang tinggi cenderung memiliki perilaku konsumtif yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dengan gaya hidup hedonis yang rendah. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa orientasi terhadap kesenangan dan kemewahan mendorong mahasiswa untuk lebih sering melakukan pembelian tanpa mempertimbangkan aspek kebutuhan maupun kondisi keuangan [17].

Hasil penelitian ini menunjukkan kesamaan dengan temuan Pawestri dan Warastri (2024) [10], di mana gaya hidup hedonis terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap perilaku konsumtif, sedangkan kontrol diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap perilaku konsumtif pada mahasiswa. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa semakin tinggi gaya hidup hedonis, maka kecenderungan perilaku konsumtif semakin meningkat. Penelitian ini juga memiliki kesamaan dengan penelitian terdahulu, terutama dari segi karakteristik populasi dan responden. Kedua penelitian sama-sama menjadikan mahasiswa sebagai subjek penelitian yang berada pada fase dewasa awal, yaitu kelompok usia yang rentan terhadap pengaruh lingkungan sosial, tren, dan gaya hidup. Responden pada kedua penelitian berada dalam lingkungan kampus yang dinamis, memiliki intensitas interaksi sosial yang tinggi, serta terpapar pengaruh media sosial dan teman sebaya. Jika pada penelitian Warastri mahasiswa cenderung mengalokasikan uang saku untuk fashion, mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA dalam penelitian ini juga

menunjukkan peluang besar untuk mengadopsi gaya hidup hedonis melalui keterlibatan aktif dalam kegiatan sosial dan organisasi.

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Thamrin, H dan Saleh, Adnan (2021), gaya hidup yang tinggi meningkatkan perilaku konsumtifnya, begitu juga sebaliknya. Ditinjau dari karakteristik responden, kedua penelitian sama-sama melibatkan mahasiswa pada fase remaja akhir hingga dewasa awal yang aktif secara sosial dan rentan terhadap trend [18]. Baik mahasiswa di Parepare maupun mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA menunjukkan bahwa gaya hidup hedonis berhubungan signifikan dengan perilaku konsumtif, yang tercermin dari kecenderungan menggunakan uang untuk pemenuhan kesenangan dan keinginan non-esensial. Kesamaan karakteristik mahasiswa sebagai individu aktif dalam lingkungan sosial yang dinamis memperkuat temuan bahwa gaya hidup hedonis merupakan faktor internal penting yang mendorong munculnya perilaku konsumtif.

Hipotesis kedua dalam penelitian ini mengajukan adanya hubungan negatif antara *self-control* (pengendalian diri) dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Artinya, terdapat hubungan yang berbanding terbalik; semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin rendah perilaku konsumtifnya. Hal ini dibuktikan melalui nilai koefisien korelasi (B) sebesar -0,596 dan nilai T hitung sebesar -17,215 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,001$ ). Temuan ini mengindikasikan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengontrol impuls, mengatur emosi, dan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang sangat efektif dalam menekan keinginan belanja yang tidak diperlukan. Mahasiswa dengan pengendalian diri yang kuat mampu membedakan antara kebutuhan mendesak dengan sekadar keinginan sesaat, meskipun berada dalam lingkungan yang mendukung gaya hidup mewah. Sebaliknya, rendahnya kontrol diri akan mengakibatkan mahasiswa mudah terbuju oleh tren atau diskon, yang pada akhirnya meningkatkan perilaku konsumtif mereka.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kharimah dan Laili (2024) terutama jika ditinjau dari karakteristik populasi yang diteliti. Kedua penelitian sama-sama melibatkan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang berada pada fase dewasa awal, di mana kontrol diri masih dalam proses pengembangan. Baik mahasiswi Prodi Psikologi dalam penelitian Kharimah maupun mahasiswa UKM Olahraga dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan perilaku konsumtif [32]. Dengan kata lain, semakin tinggi kontrol diri, maka akan semakin rendah perilaku konsumtifnya, dan sebaliknya [19].

Hipotesis ketiga dalam penelitian ini mengajukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup hedonis dan kontrol diri secara simultan terhadap perilaku konsumtif pada mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA. Hasil analisis menunjukkan bahwa hipotesis pertama diterima. Hal ini dibuktikan melalui hasil uji simultan yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,001$ ), yang berarti lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05. Temuan ini menunjukkan bahwa gaya hidup hedonis dan kontrol diri secara bersama-sama memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku konsumtif mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA. Hasil tersebut menunjukkan bahwa selain faktor kecenderungan mahasiswa terhadap gaya hidup hedonis, terdapat juga kemampuan mahasiswa untuk mengendalikan dirinya sendiri. Mahasiswa dengan tingkat gaya hidup hedonis yang tinggi cenderung melakukan pembelian impulsif demi mendapatkan kesenangan serta pengakuan sosial dari orang-orang di lingkungan sosialnya. Namun, mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang baik akan menekan perilaku konsumtif tersebut.

Dalam penelitian ini, ketiga variabel tersebut saling berperan dalam menentukan perilaku konsumtif mahasiswa. Mahasiswa dari UKM Olahraga UMSIDA menunjukkan adanya hubungan simultan antara ketiga variabel tersebut. Mahasiswa yang aktif di dalam UKM Olahraga memiliki kebutuhan akan citra diri, pengakuan dari lingkungan sosialnya, dan kebutuhan akan eksistensi sosialnya yang merupakan faktor yang dapat meningkatkan kecenderungan mahasiswa untuk memiliki gaya hidup hedonis. Namun, mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan memiliki keuntungan untuk dapat mengendalikan diri dan menghindari dari keinginan konsumtif yang dihasilkan dari lingkungan sosial tersebut.

Dalam konteks penelitian ini, temuan mengenai hubungan antara gaya hidup hedonis dan kontrol diri terhadap perilaku konsumtif juga dapat dijelaskan melalui perkembangan teknologi digital yang telah diuraikan pada bagian pendahuluan. Gencarnya promosi di media sosial, kemudahan akses layanan keuangan seperti *paylater* dan *e-wallet*, serta tingginya intensitas pengguna platform digital dikalangan mahasiswa menjadi faktor eksternal yang memperkuat terbentuknya perilaku konsumtif. Mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA yang merupakan bagian dari generasi muda memiliki karakter yang sangat aktif dalam penggunaan media sosial untuk dapat menampilkan gaya hidup yang diinginkan. Dengan mudahnya para mahasiswa dapat terpapar oleh berbagai jenis konten sosial yang menampilkan gaya hidup mewah, tren tren terkini dan promosi produk tertentu, maka mahasiswa dapat membentuk standart baru dalam segi gaya hidup yang sangat berhubungan dengan gaya hidup hedonis. Fungsi *paylater* atau *e-wallet* yang dimiliki oleh para aplikasi *e-commerce* memberikan kemudahan bagi para mahasiswa UKM Olahraga UMSIDA dalam melakukan pembelian produk secara instan. Hal ini menunjukkan kecenderungan mahasiswa terhadap pembelian produk secara impulsif.

Selain itu, peran dari kontrol diri pun juga menjadi semakin penting dalam era digitalisasi ini. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan dapat membantu mahasiswa tersebut untuk dapat menghindari pengaruh dari media sosial serta dapat mengambil keputusan keuangan yang lebih rasional. Sebaliknya, mahasiswa dengan kontrol diri rendah akan lebih mudah terpengaruh oleh stimulus eksternal, seperti diskon, tren viral, maupun tekanan sosial di media digital, yang pada akhirnya memperkuat perilaku konsumtif. Dengan demikian, perkembangan teknologi digital tidak hanya menjadi latar belakang fenomena, tetapi juga berperan sebagai faktor kontekstual yang memperkuat hubungan antara gaya hidup hedonis, kontrol diri, dan perilaku konsumtif.

Selain itu, nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,787 mengindikasikan bahwa sebesar 78,7% variasi perilaku konsumtif dapat dijelaskan oleh kedua variabel independen dalam penelitian ini, yaitu gaya hidup hedonis dan kontrol diri. Sementara itu, sebesar 21,3% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar model penelitian. Variabel tersebut dapat meliputi faktor lingkungan sosial, pengaruh media sosial, kondisi ekonomi, gaya hidup digital, serta faktor psikologis lainnya. Dengan demikian, meskipun model penelitian ini memiliki daya jelas yang kuat, namun masih terdapat peluang untuk penelitian selanjutnya dalam mengeksplorasi faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku konsumtif pada mahasiswa. Limitasi dari penelitian ini terletak pada karakteristik dari subjek penelitian, hanya terbatas pada mahasiswa yang berada di dalam UKM Olahraga UMSIDA. Hasil dari penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan ke dalam seluruh kalangan mahasiswa. Penelitian ini juga masih terbatas pada pengumpulan data kuantitatif saja, belum menjelajah faktor lain yang bersifat subjektif terhadap perilaku konsumtif mahasiswa.

#### IV. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat ditarik kesimpulan bahwa Gaya Hidup Hedonis berpengaruh positif terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa UKM Olah Raga UMSIDA. Kontrol diri berpengaruh negatif terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa UKM Olah Raga UMSIDA. Semakin tinggi tingkat Gaya Hidup Hedonis, maka akan semakin tinggi pula Perilaku Konsumtif. Sebaliknya, semakin rendah tingkat Hidup Hedonis maka akan semakin rendah pula Perilaku Konsumtif. Namun jika manusia memiliki kontrol diri yang baik maka akan dapat menahan diri terhadap Perilaku Konsumtif karena semakin tinggi tingkat kontrol diri akan semakin rendah Perilaku Konsumtif. Oleh karena itulah manusia perlu memiliki kontrol diri yang baik dan memiliki gaya hidup yang tidak terlalu hedonis agar pada perilaku konsumtifnya tidak terlalu berlebihan. Secara teoritis, penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam bidang psikologi dan perilaku konsumen khususnya dalam memperkuat teori bahwa perilaku konsumtif dipengaruhi oleh faktor-faktor internal individu, seperti gaya hidup hedonis dan kontrol diri. Penelitian ini juga dapat menjadikan kontribusi dalam memberikan bukti empiris mengenai peran dari kontrol diri sebagai faktor yang dapat mengurangi dampak negatif dari gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif pada mahasiswa. Secara praktis, penelitian ini dapat diaplikasikan pada mahasiswa untuk membantu mereka dalam mengatur gaya hidup dan pengeluaran mereka secara bijak. Selain mahasiswa sendiri, penelitian ini juga dapat diaplikasikan pada kampus maupun pengelolaan UKM untuk meminimalkan perilaku konsumtif yang terjadi di kalangan mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan memperluas jumlah subjek penelitian, melakukan penelitian dengan pendekatan kualitatif atau mixed methods untuk memberikan wawasan baru mengenai perilaku konsumtif mahasiswa, serta menambahkan variabel lain yang relevan dengan topik ini.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pimpinan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang telah memberikan izin penelitian, serta kepada seluruh mahasiswa UKM Olahraga Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang telah bersedia menjadi subjek penelitian serta partisipasi dan kerja sama yang diberikan sangat berarti dalam mendukung kelancaran dan keberhasilan penelitian ini.

#### REFERENSI

- [1] T. Indonesia, "Milennial Dan Gen Z Gemar Adopsi Fintech 'Buy Now Pay Later,'" Trendtech Indonesia. Diakses: 23 April 2026. [Daring]. Tersedia Pada: <https://Trendtech.Id/Milennial-Dan-Gen-Z-Gemar-Adopsi-Fintech-Buy-Now-Pay-Later/>
- [2] E. F. Arisya, Rai Gina Artaningrum, Dan Eka Putri Suryantari, "Pengaruh Literasi Keuangan, Fintech, Dan Financial Self-Efficacy Pada Inklusi Keuangan (Studi Kasus Pada Mahasiswa Fakultas Bisnis Dan Pariwisata Universitas Dhyana Pura): The Influence Of Financial Literacy, Financial Technology And Financial Self-Efficacy On Financial Inclusion (A Case Study On Students Of The Faculty Of Business And Tourism, Dhyana Pura University)," *Jd*, Vol. 4, No. 3, Hlm. 69–80, Des 2025, Doi: 10.36002/Jd.V4i3.4521.

- [3] I. Aurellia Dkk., “Minat Mahasiswa Menggunakan Fintech Di Era Inklusi Keuangan,” *Jurnal Ilmiah Research Student*, Vol. 2, No. 2, Hlm. 16–28, Mei 2025, Doi: 10.61722/Jirs.V2i2.4702.
- [4] V. Amelia, T. Jannah, E. D. Intani, D. Y. Rakhmawati, Dan A. M. Mahendra, “Pengaruh Penggunaan Media Sosial Dan Gaya Hidup Hedonisme Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa Feb Di Universitas Negeri Surabaya,” *Jurnal Pendidikan Tata Niaga (Jptn)*, Vol. 13, No. 2, Hlm. 52–61, Jul 2025, Doi: 10.26740/Jptn.V13n2.P52-61.
- [5] J. P. Purbaningrum Dan S. P. Surya Jatmika, “Fenomena Gaya Hidup Hedonis Mahasiswa (Studi Kasus Mahasiswa Pendidikan Akuntansi Universitas Muhammadiyah Surakarta),” S1, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2024. Diakses: 22 April 2026. [Daring]. Tersedia Pada: <https://eprints.ums.ac.id/124260/>
- [6] R. Choirunnisa Dan T. M. Kusumaningrum, “Pengaruh Financial Literacy, Lifestyle, Self Control, Conformity, Dan Self Esteem Terhadap Consumptive Behaviour Pada Generasi Z Penggemar Korean Wave Di Kabupaten Sidoarjo,” *Jurnal Ilmu Manajemen*, Hlm. 776–792, Okt 2024, Doi: 10.26740/Jim.V12n4.P776-792.
- [7] G. S. Mengga, M. Batara, Dan E. Rimpung, “Pengaruh Literasi Keuangan, E-Money, Gaya Hidup Dan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Kristen Indonesia Toraja,” *Jurnal Riset Akuntansi*, Vol. 1, No. 1, Hlm. 36–50, Mar 2023, Doi: 10.54066/Jura-Itb.V1i1.123.
- [8] A. Rahmat, A. Asyari, Dan H. E. Puteri, “Pengaruh Hedonisme Dan Religiusitas Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa,” *Ekonomika Syariah : Journal Of Economic Studies*, Vol. 4, No. 1, Hlm. 39–54, Jul 2020, Doi: 10.30983/Es.V4i1.3198.
- [9] K. T. Handayani, “Hubungan Gaya Hidup Hedonis Dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Terhadap K-Pop Pada Mahasiswa Uin Suska Riau,” *Jurnal Psikologi*, 2020, [Daring]. Tersedia Pada: <https://repository.uin-suska.ac.id/26548/1/Gabungan%20kecuali%20bab%20iv.pdf>
- [10] D. R. Pawestri Dan A. Warastri, “Hubungan Kontrol Diri Dan Gaya Hidup Hedonis Dengan Perilaku Konsumtif Terhadap Produk Fashion Pada Mahasiswa Laki-Laki Di Yogyakarta,” *Ranah Research : Journal Of Multidisciplinary Research And Development*, Vol. 7, No. 1, Hlm. 339–354, Nov 2024, Doi: 10.38035/Rtj.V7i1.1195.
- [11] E. N. Syariifah Dan I. Yuliana, “Literasi Keuangan Dan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Melalui Rasionalitas Pada Mahasiswa Manajemen Uin Malang,” *Jurnal Akuntansi Dan Ekonomika*, Vol. 12, No. 2, Hlm. 202–211, 2023, Doi: <https://doi.org/10.37859/Jae.V12i2.4277>.
- [12] N. Deviyanti Dan M. Jannah, “Hubungan Antara Konformitas Dengan Perilaku Konsumtif Pada Atlet Mahasiswa,” *Character*, Vol. 9, 2022, [Daring]. Tersedia Pada: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/45804>
- [13] C. Darmawan, “Tindakan Sosial Dalam Thrifting (Studi Kasus : Masyarakat Pamulang Kota Tangerang Selatan),” Bachelorthesis, Program Studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2023. Diakses: 22 April 2026. [Daring]. Tersedia Pada: <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/75289>
- [14] L. P. Anggraini Dan H. Hudaniah, “Hubungan Self Control Dengan Perilaku Konsumtif Belanja Online Pada Mahasiswa Rantau,” *Cognicia*, Vol. 11, No. 2, Hlm. 140–148, Okt 2023, Doi: 10.22219/Cognicia.V11i2.28074.
- [15] M. B. Attan Dan K. Natsir, “Studi Tentang Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Consumptive Behavior Pada Kolektor Merchandise K-Pop,” *Jurnal Muara Ilmu Ekonomi Dan Bisnis*, Vol. 7, No. 1, Hlm. 187–201, Apr 2023, Doi: 10.24912/Jmieb.V7i1.22937.
- [16] W. M. Y. Lestari Dan S. P. Achmad Dwityanto, “Hubungan Kontrol Diri Dan Gaya Hidup Hedonis Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta,” S1, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2022. Diakses: 22 April 2026. [Daring]. Tersedia Pada: <https://eprints.ums.ac.id/106152/>
- [17] M. Anjani Dan A. Guspa, “Hubungan Antara Gaya Hidup Hedonis Dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa Unpthe Relationship Between Hedonic Lifestyle And Consumptive Behavior In Unp Students,” *Causalita : Journal Of Psychology*, Vol. 2, Hlm. 187–194, Nov 2024, Doi: 10.62260/Causalita.V2i2.305.
- [18] H. Thamrin Dan A. A. Saleh, “Hubungan Antara Gaya Hidup Hedonis Dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa,” *Komunida: Media Komunikasi Dan Dakwah*, Vol. 11, Pp.1-14 2021, Doi: 10.35905/Komunida.V11i1.01.
- [19] I. Permata Sari Dan Suci Rahma Nio, “Pengaruh Konformitas Teman Sebaya Terhadap Gaya Hidup Hedonis Pada Mahasiswa Universitas Baiturrahmah,” *Causalita*, Vol. 2, No. 2, Hlm. 293–299, Jan 2025, Doi: 10.62260/Causalita.V2i2.351.

- [20] S. Salsabilla Dan C. A. Wicaksono, “Pengaruh Literasi Keuangan, Gaya Hidup Hedonis, Dan Self-Control Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Gen-Z,” *Efektor*, Vol. 12, No. 1, Hlm. 87–101, Mei 2025, Doi: 10.29407/E.V12i1.25133.
- [21] S. R. P. Pratama, I. Y. D. Puspitarini, Dan N. Y. Setyaputri, “Keterkaitan Self Control Dengan Impulsive Buying Pada Remaja Penggemar Kpop,” *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (Kkn)*, Vol. 4, Hlm. 480–488, Jan 2025, Doi: 10.29407/D5awpj35.
- [22] M. D. Aprillia, S. T. Ramadhina, Dan R. Sijabat, “Pengaruh Literasi Keuangan Dan Self Control Terhadap Pengelolaan Keuangan Pribadi Mahasiswa Universitas Pgrri Semarang,” *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, Vol. 2, No. 7, Hlm. 715–727, Jun 2024.
- [23] R. D. T. Haryana, “Pengaruh Life Style, Self Control Dan Financial Literacy Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Melakukan Online Shopping,” *Equil*, Vol. 16, No. 1, Hlm. 29, Apr 2020, Doi: 10.30742/Equilibrium.V16i1.805.
- [24] “Muhammadiyah Sidoarjo, ‘Jumlah Struktur Pengurus Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.’” [Daring]. Tersedia Pada: File:///C:/Users/Izzat/Downloads/Data%20anggota%20.Pdf
- [25] N. Suriani, Risnita, Dan M. S. Jailani, “Konsep Populasi Dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan,” *Ihsan : Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 1, No. 2, Hlm. 24–36, Jul 2023, Doi: 10.61104/Ihsan.V1i2.55.
- [26] Ardiansyah, Risnita, Dan M. S. Jailani, “Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif,” *Ihsan : Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 1, No. 2, Hlm. 1–9, Jul 2023, Doi: 10.61104/Ihsan.V1i2.57.
- [27] I. K. Butarbutar, “Hubungan Kontrol Diri Dengan Gaya Hidup Hedonisme Pada Siswa Kelas Xi Sma Kristen Kalam Kudus Medan Tahun 202,” 2021, [Daring]. Tersedia Pada: <https://repository1.stikeselisabethmedan.ac.id/files/original/52ccd317df9d26575cda6afd7841ea0c02e37ef9.pdf>
- [28] S. Shofwatil Himami, “Hubungan Antara Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Pengguna E-Commerce(Studi Korelasi Pada Mahasiswa Psikologi Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiaihaji Achmad Siddiq Jember).” Diakses: 23 April 2026. [Daring]. Tersedia Pada: [https://digilib.uinkhas.ac.id/34865/1/Siti%20shofwatil%20himami\\_204103050002.pdf](https://digilib.uinkhas.ac.id/34865/1/Siti%20shofwatil%20himami_204103050002.pdf)
- [29] P. S. Mustafa, “Tinjauan Literatur Analisis Uji R Berganda Dan Uji Lanjut Dalam Statistik Inferensial Pada Penelitian Pendidikan Jasmani,” *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, Vol. 9, No. 5, Hlm. 571–593, Mar 2023, Doi: 10.5281/Zenodo.7758162.
- [30] D. N. A. Husaeni, A. R. Gintara, Dan G. F. Nabila, “Mengungkap Pentingnya Uji Normalitas Dan Homogenitas Dalam Penelitian: Studi Kasus Dan Aplikasinya,” Vol. 9, 2025.
- [31] R. Akbar, U. S. Sukmawati, Dan K. Katsirin, “Analisis Data Penelitian Kuantitatif: Pengujian Hipotesis Asosiatif Korelasi,” *Jurnal Pelita Nusantara*, Vol. 1, No. 3, Hlm. 430–448, 2023, Doi: 10.59996/Jurnalpelitanusantara.V1i3.350.
- [32] I. I. Kharimah Dan A. Hanif, “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswi Prodi Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo,” *Researchjet*, Vol. 3, No. 2, Okt 2023, Doi: 10.47134/Researchjet.V3i2.20.

**Conflict of Interest Statement:**

*The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.*