Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, Oktober 2025, 11 (10.A), 125-138
DOI: https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/11684
p-ISSN: 2622-8327 e-ISSN: 2089-5364
Accredited by Directorate General of Strengthening for Research and Development
Available online at https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP

Pengaruh *Self-Control* Terhadap Pengelolaan Keuangan Pribadi Pada Generasi Z Di Era *Cashless Society*

Restu Nur Fitriyani[1], Susilawati[2]

Universitas Teknologi Digital[12]

Received: 05 September 2025
Revised: 17 September 2025
Accepted: 28 September 2025

Abstrak

Kemajuan teknologi telah mendorong digitalisasi di sektor keuangan, terutama dalam sistem pembayaran non-tunai (cashless payment). Generasi Z, sebagai kelompok yang tumbuh di era digital, semakin terbiasa dengan transaksi digital, yang memberikan kemudahan tetapi juga menimbulkan tantangan dalam pengelolaan keuangan pribadi. Fenomena jarak psikologis dalam transaksi digital sering kali membuat individu kurang menyadari jumlah uang yang dihabiskan, sehingga meningkatkan kecenderungan konsumtif, terutama pada individu dengan self-control yang rendah. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh self-control terhadap pengelolaan keuangan pribadi Generasi Z di era cashless society, self-control memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap pengelolaan keuangan pribadi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat self-control seseorang, semakin baik pula pengelolaan keuangannya. Dalam konteks cashless society, di mana kemudahan pembayaran digital dapat memicu perilaku konsumtif, self-control menjadi kunci utama dalam menjaga disiplin keuangan. Generasi Z yang memiliki kemampuan kontrol diri tinggi cenderung mampu mengelola pengeluaran dengan bijak, menyusun anggaran dengan terencana, serta memprioritaskan kebutuhan dibandingkan keinginan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh self-control terhadap pengelolaan keuangan pribadi Generasi Z di era cashless society. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan pengumpulan data melalui survei pada Generasi Z di Kota Cimahi. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan tentang peran self-control dalam mencegah perilaku konsumtif dan meningkatkan kesadaran finansial, sehingga Generasi Z mampu mengelola keuangan mereka dengan lebih bijaksana.

Kata Kunci: *Cashless Society, Generasi Z, Pengelolaan Keuangan Pribadi, Self-Control.*

(*) Corresponding Author: restu10121568@digitechuniversity.ac.id, susilawati@digitechuniversity.ac.id

How to Cite: Fitriyani, R., & Susilawati, S. (2025). Pengaruh Self-Control Terhadap Pengelolaan Keuangan Pribadi Pada Generasi Z Di Era Cashless Society. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *11*(10.A), 125-138. Retrieved from https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/11684.

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi yang berkembang pesat tentunya membawa perubahan yang signifikan didalam pemanfaatan teknologi di sektor keuangan, memicu era digitalisasi dan mengubah pola transaksi masyarakat secara keseluruhan, terutama di kalangan Generasi Z. Dimana Generasi Z ini lahir antara tahun 1997 hingga 2012, tumbuh di era digitalisasi dan memiliki pemahaman yang kuat terhadap teknologi. Salah satu perubahan besar yang mereka alami adalah perkembangan sistem pembayaran digital, yang kita ketahui *cashless payment* atau pembayaran non-tunai. Menurut data dari BI, pada tahun 2021 nilai transaksi uang digital meningkat sebanyak 64,48%. Untuk mendorong masyarakat beralih ke sistem pembayaran digital, pemerintah menginisiasi berbagai inovasi, termasuk program Gerakan Nasional Non-

Tunai (GNNT) yang digagas oleh Bank Indonesia guna meningkatkan kesadaran akan penggunaan alat pembayaran digital. (Sari, Fiorintari, & Ardhi, 2023)

Studi berjudul "Leading Consistency: E-Wallet Industry Outlook 2023" oleh InsightAsia mengungkapkan bahwa dompet digital semakin populer sebagai metode pembayaran utama jika daripada uang cash maupun transfer melalui bank. Hasil dari penelitian mengungkapkan bahwa sebanyak 74% peserta memilih melakikan pembayaran dompet digital dalam macam-macam transaksi keuangannya (Wulandari, 2023). Perubahan ini memberikan banyak manfaat, namun juga membawa risiko pada kemampuan mereka mengelola keuangan secara bijaksana.

Transaksi non-tunai di era cashless memengaruhi perilaku pengeluaran secara psikologis. Transaksi digital, yang berbeda dengan uang fisik yang langsung terlihat saat digunakan, sering kali menciptakan "jarak psikologis." Fenomena ini membuat individu kurang menyadari jumlah uang yang dihabiskan, karena tidak ada interaksi fisik dengan uang. Dalam penelitian (Doan, Rahman, & Vo, 2024) menyatakan bahwa transaksi digital meningkatkan kecenderungan konsumsi impulsif, terutama di kalangan individu dengan kontrol diri (self-control) yang rendah. Situasi ini memperkuat urgensi untuk meneliti peran self-control sebagai faktor pengendali pengeluaran di era digital.

Fenomena kurangnya kontrol diri ini telah mengakibatkan berbagai tantangan dalam pengelolaan keuangan pribadi, khususnya pada Generasi Z. Generasi ini sering kali tergoda oleh promosi, diskon, atau kemudahan "beli sekarang, bayar nanti" yang ditawarkan oleh platform digital. Tanpa self-control yang baik, banyak dari mereka cenderung sulit mengatur anggaran bulanan dan mengidentifikasi prioritas antara kebutuhan dan keinginan. Hal ini bisa berujung pada kondisi finansial yang tidak stabil, bahkan mengakibatkan utang yang tidak terkelola dengan baik, yang berdampak pada kesejahteraan keuangan jangka panjang mereka.

Kesalahan dalam *self-control*, seperti kecenderungan membeli secara impulsif atau ketidakmampuan menahan keinginan berbelanja, menjadi masalah penting dalam pengelolaan keuangan generasi ini. Dengan pengaruh dari iklan digital dan promosi yang menarik, mereka sering kali terjebak dalam pola konsumsi yang tidak bijak, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan finansial mereka. Fenomena ini menunjukkan pentingnya kontrol diri sebagai kemampuan utama dalam manajemen keuangan, terutama di tengah peningkatan konsumsi digital di era *cashless*.

Generasi Z sering menghadapi berbagai tantangan dalam mengelola keuangan, yang menyebabkan mereka mengalami kesulitan untuk menabung dan mencapai stabilitas finansial. Salah satu masalah utama adalah kecenderungan kehabisan uang sebelum pertengahan bulan. Meskipun biasanya mereka memiliki niat menabung di awal, pengeluaran yang tinggi akibat godaan tren dan sifat konsumtif sering kali menggerus pendapatan mereka. Selain itu, banyak dari mereka yang memprioritaskan liburan sebagai bentuk "kerja keras untuk liburan" dengan anggaran cukup besar, berkisar pada 2 sampai dengan 10 juta rupiah. Meskipun kegiatan ini dapat menyegarkan pikiran, kebiasaan ini sering kali menimbulkan kesulitan finansial jika tidak diimbangi dengan pengaturan anggaran yang bijak. Masalah lainnya adalah kurangnya pemahaman terhadap pengeluaran harian dan jumlah uang yang sebenarnya mereka miliki. Tanpa perencanaan keuangan yang jelas, seperti mengikuti aturan. Sebanyak 50% dialokasikan untuk keperluan, sebesar 30% digunakan sebagai hiburan, dan 20% disisihkan untuk tabungan, Generasi Z cenderung kesulitan memegang kendali penuh atas keuangan mereka. Terakhir, banyak dari mereka yang merasa keuangannya selalu pas-pasan karena memiliki banyak keinginan dan jarang mempertimbangkan pentingnya menabung untuk masa depan. (Pasha, 2020).

Berdasarkan artikel "Perilaku Keuangan Generasi Z: Tantangan dan Peluang dalam Era Digital" yang diterbitkan di Kompasiana, fenomena yang muncul adalah meningkatnya kecenderungan konsumtif di kalangan Generasi Z akibat pengaruh gaya hidup digital. Generasi ini sering kali terjebak dalam keinginan untuk membeli barang-barang mewah yang

dipromosikan melalui media sosial, terlepas dari dampak jangka panjang terhadap kondisi keuangan mereka. Hal ini tentunya berkaitan dengan fenomena FOMO (Fear of Missing Out), di mana mereka merasa terpaksa mengikuti tren konsumsi tanpa pertimbangan yang matang. Di satu sisi, meskipun mahir dalam teknologi dan penggunaan platform digital, banyak dari mereka yang belum memiliki literasi keuangan yang memadai, khususnya dalam hal investasi. Kurangnya pemahaman tentang berbagai instrumen investasi, risiko, dan peluang membuat mereka ragu-ragu dalam membuat keputusan finansial yang bijaksana.

PENELITIAN TERDAHULU

Penelitian terdahulu merupakan bagian penting dalam proses penyusunan karya ilmiah, karena dapat membantu peneliti dalam memahami hasil-hasil yang telah ditemukan sebelumnya, serta sebagai pijakan untuk menegaskan posisi dan kebaruan (orisinalitas) penelitian yang dilakukan. Selain itu, melalui kajian ini, peneliti dapat memperoleh inspirasi serta menentukan arah penelitian secara lebih jelas dan sistematis (Triono, 2019). Berikut ini merupakan ringkasan beberapa penelitian yang relevan dengan tema yang diangkat dalam studi ini:

Penelitian pertama dilakukan oleh Kholilah (2013) dengan judul *"Pengaruh Locus of Control, Financial Knowledge, dan Income terhadap Financial Management Behavior pada Masyarakat di Surabaya"*. Dalam penelitian tersebut, analisis dilakukan dengan metode Maximum Likelihood menggunakan perangkat lunak AMOS 20.0. Hasilnya menunjukkan bahwa self-control berpengaruh positif dan signifikan terhadap perilaku pengelolaan keuangan individu. Artinya, semakin tinggi kemampuan seseorang dalam mengendalikan diri, maka semakin baik pula perilaku keuangannya. Di sisi lain, variabel pengetahuan keuangan dan pendapatan tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap perilaku keuangan secara langsung. Namun demikian, kontrol diri mampu menjadi variabel perantara (mediasi) antara pengetahuan keuangan dan perilaku keuangan. Hal ini mengindikasikan bahwa individu yang memiliki kontrol diri yang baik lebih mampu memanfaatkan pengetahuan keuangan yang dimilikinya dalam pengambilan keputusan finansial. Sebaliknya, kontrol diri tidak memediasi hubungan antara pendapatan dan perilaku keuangan, sehingga peningkatan pendapatan tanpa kemampuan pengendalian diri tidak serta-merta berdampak positif terhadap pengelolaan keuangan pribadi.

Penelitian kedua berasal dari Sudiro dan Asandimitra (2022) dengan judul *"Pengaruh Financial Literacy, Uang Elektronik, Demografi, Gaya Hidup, dan Kontrol Diri terhadap Perilaku Konsumtif Generasi Milenial"*. Dengan pendekatan kuantitatif serta analisis deskriptif dan inferensial, penelitian ini menunjukkan bahwa literasi keuangan dan kontrol diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku konsumtif generasi milenial di Surabaya. Individu yang memiliki pemahaman keuangan yang baik serta kemampuan mengontrol diri cenderung mengambil keputusan keuangan secara lebih rasional dan mampu menahan dorongan untuk berperilaku konsumtif. Selain itu, faktor lain seperti penggunaan uang elektronik, aspek demografis, dan gaya hidup juga memberikan kontribusi terhadap perilaku konsumsi generasi tersebut. Penelitian ini menekankan pentingnya pemahaman keuangan yang sehat dan penggunaan teknologi keuangan secara bijak, termasuk pemanfaatan investasi digital yang telah berada di bawah pengawasan Otoritas Jasa Keuangan (OJK).

Penelitian ketiga dilakukan oleh Doan, Rahman, dan Vo (2024) melalui studi berjudul *"Mitigating Overconsumption Through Mindfulness: The Role of Cashless Payments in Impulsive Buying and Sustainable Consumer Behaviour"*. Menggunakan pendekatan eksperimental, studi ini mengevaluasi bagaimana tingkat mindfulness, penggunaan pembayaran digital, dan perilaku impulsif dalam konsumsi saling berinteraksi. Temuan penelitian menunjukkan bahwa individu dengan tingkat mindfulness yang tinggi memiliki kecenderungan untuk lebih sadar dalam mengambil keputusan finansial, sehingga mampu

menahan diri dari pembelian impulsif yang tidak diperlukan. Dengan kata lain, tingkat kesadaran diri yang tinggi dapat mengurangi perilaku konsumtif, meskipun individu menggunakan sistem pembayaran non-tunai. Hal ini mengindikasikan bahwa mindfulness dapat menjadi faktor pelindung dalam menghadapi kemudahan bertransaksi di era digital.

KAJIAN PUSTAKA

a. Self Control

Baumeister & Excline menjelaskan *Self-control* merujuk pada kemampuan seseorang untuk mengendalikan dorongan, perilaku, atau keinginan yang tidak sesuai dengan tujuan atau standar yang diinginkan, dengan cara menangguhkan atau mengganti respons yang bersaing. Dalam proses ini, individu berusaha untuk menghindari tindakan impulsif yang dapat mengganggu pencapaian tujuan dan menggantinya dengan perilaku yang lebih sesuai dengan standar yang telah ditetapkan. Self-control berperan dalam fase "operate" dalam siklus regulasi diri (self-regulation), yang melibatkan perubahan diri untuk mendekati tujuan yang diinginkan. (Ridder & Wit, 2006)

b. Generasi Z

Generasi Z yang lahir antara tahun 1998 hingga sekarang, berbeda dengan generasi sebelumnya, seperti Baby Boomers (1946-1964), Generasi X (1965-1976), dan Generasi Y (1977-1997). Setiap generasi memiliki peran penting dalam membentuk komunitas, tetapi di era digital saat ini, di mana banyak orang dari berbagai generasi menghabiskan waktu di depan smartphone atau gadget, mereka secara diam-diam membentuk identitas diri yang berbeda dari kehidupan nyata mereka. Penggunaan media sosial yang berlebihan menjadi kekhawatiran tersendiri bagi orang tua, karena informasi yang mudah diakses dapat mempengaruhi pola pikir jika tidak diimbangi dengan keterampilan literasi digital yang baik.

c. Pengelolaan Keuangan Pribadi

Pengelolaan keuangan merupakan suatu upaya yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan finansial di masa yang akan datang, serta dapat dimanfaatkan sebagai solusi dalam mengatasi permasalahan ekonomi, baik secara individu maupun kelompok (Purwanto, Nugraha, Hamdani, & Rizky, 2022). Sementara itu, menurut Jack Kapoor, perencanaan keuangan pribadi diartikan sebagai suatu proses pengelolaan keuangan individu secara terencana untuk mencapai kondisi keuangan yang memuaskan dan stabil yang juga membantu individu dalam mengelola kondisi keuangan mereka. Setiap orang atau keluarga memiliki kebutuhan dan tujuan finansial yang berbeda, sehingga perencanaan keuangan harus disesuaikan secara khusus untuk memenuhi kebutuhan tersebut. (Sundjaja, 2010) Bagi Generasi Z, yang cenderung hidup dalam era digital dan *cashless*, perencanaan keuangan ini menjadi semakin penting. Dengan kemudahan akses transaksi digital, mereka perlu mengelola pengeluaran secara efektif agar tetap fokus pada tujuan keuangan jangka panjang.

d. Era *Cashless Society*

Cashless society dapat diartikan sebagai suatu bentuk masyarakat yang dalam aktivitas transaksinya tidak lagi mengandalkan uang tunai. Sebagai gantinya, mereka memanfaatkan berbagai alat pembayaran non-tunai seperti kartu debit, kartu kredit, maupun uang elektronik yang dapat diakses melalui perangkat ponsel pintar (Asmita, 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif, dengan pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner daring yang disebarkan menggunakan Google Form melalui platform WhatsApp. Populasi dalam penelitian ini mencakup Generasi Z yang berdomisili di Kota Cimahi serta aktif menggunakan metode pembayaran non-tunai atau digital dalam transaksi sehari-hari. Pemilihan sampel yang dipilih dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling. Kriteria Generasi Z yang menjadi sampel dalam

penelitian ini mencakup individu yang lahir antara tahun 1997–2012, memiliki pengalaman dalam melakukan transaksi non-tunai di Kota Cimahi yang berjumlah 12.822 jiwa. (Disdukcapil, 2024). Banyaknya sampel yang digunakan penelitian ini dihitung dengan menggunakan rumus Slovin sebagai penentuan jumlahnya sampel menggunakan rumus dibawah:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Populasi diketahu berjumlah 12.822 orang. Oleh karena itu, banyaknya sampel yang digunakan adalah:

$$n = \frac{12.822}{1 + 12.822(0{,}10)^2}$$
$$n = 99{,}22613 = 100$$

Setelah dihitung menggunakan rumus solvin maka banyaknya sampel yang digunakan berjumlah 100 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Objek yang digunakan ialah Generasi Z yang ada Kota Cimahi, dengan sampel berjumlah 100 orang.

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Jenis Kelamin		
Perempuan	75	75%
Laki-laki	25	25%
Jumlah	100	100%
Tahun Lahir		
1997	6	6%
1999	1	1%
2000	4	4%
2001	10	10%
2002	20	20%
2003	23	23%
2004	7	7%
2005	8	8%
2006	6	6%
2007	8	8%
2008	4	4%
2010	3	3%
Jumlah	100	100%

Sumber: Pengolahan Data (2024)

Pada tabel 1, dapat kita lihat bahwa distribusi Generasi Z terbanyak ialah perempuan sebanyak 75%. Hasil ini relevan dengan pemilihan Generasi Z sebagai responden karena perempuan sering kali lebih dipengaruhi oleh gaya hidup dan sosial dalam pengelolaan keuangan, terutama di era *cashless society*. Berdasarkan tahun lahir mayoritas ialah kelahiran 2023 sebanyak 23%. Hasil ini relevan karena mereka tumbuh di era digital yang memengaruhi pola perilaku keuangan, khususnya dalam penggunaan teknologi *cashless* yang menjadi fokus penelitian ini.

Hasil Penelitian

Skala pengukuran ialah alat untuk mengukur dan digunakan sehingga mengkuantifikasi informasi yang telah diberikan oleh responden. Skala yang digunakan adalah Skala Likert

(Ordinal) dimana untuk mengukur tingkat kesepakatan responden terhadap pernyataan yang terkait dengan indikator variabel.

Tabel 2 Skala Likert(Ordinal)

Pernyataan	Skor	Interpretasi
Sangat Setuju (SS)	5	Sangat Tinggi
Setuju (S)	4	Tinggi
Kurang Setuju (KS)	3	Sedang
Tidak Setuju (TS)	2	Rendah
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	Sangat Rendah

Berdasarkan hasil dari survey koesioner, setiap pernyataan dari indikator kedua variabel, yaitu indikator yang mengukur variabel *self-control* menurut Ghufron dan Risnawati (2014), serta indikator pengelolaan keuangan pribadi berdasarkan penelitian Erika Wijanarko (2019), hal ini dapat kita lihat pada tabel dibawah.

Tabel 3 *Self Control* Generasi Z

No	Indikator	Pertanyaan	Hasil	
1	Kemampuan Mengontrol Perilaku	Saya mampu menahan diri untuk tidak membeli barang yang tidak diperlukan.	Setuju	45%
		Saya dapat menghindari pengeluaran yang berlebihan saat berbelanja.	Setuju	42%
2	Kemampuan Mengontrol Stimulus	Saya mampu menolak tawaran promosi yang tidak sesuai kebutuhan saya.	Setuju	45%
		Saya tetap fokus pada anggaran meskipun tergoda oleh iklan menarik.	Setuju	41%
3	Kemampuan Mengantisipasi Suatu Peristiwa atau Kejadian	Saya selalu mempertimbangkan konsekuensi keuangan sebelum mengambil keputusan.	Setuju	54%
		Saya memiliki rencana keuangan untuk menghadapi kebutuhan mendadak.	Setuju	35%
4	Kemampuan Menafsirkan Peristiwa atau Kejadian	Saya dapat menganalisis dampak suatu pengeluaran terhadap kondisi keuangan saya.	Setuju	57%
		Saya mempelajari pola pengeluaran sebelumnya untuk menghindari kesalahan yang sama.	Setuju	55%
5	Kemampuan Mengambil Keputusan	Saya membuat keputusan pengeluaran berdasarkan prioritas kebutuhan.	Setuju	45%
		Saya menggunakan informasi yang akurat sebelum memutuskan untuk berinvestasi atau meminjam.	Setuju	42%

Sumber: Pengolahan Data (2024)

Berdasarkan Tabel, terlihat bahwa mayoritas Generasi Z memiliki tingkat self-control yang baik dalam berbagai indikator pengelolaan keuangan pribadi. Pada kemampuan mengontrol perilaku, sebagian besar Generasi Z mampu menahan diri untuk tidak membeli barang yang tidak diperlukan (45%) dan menghindari pengeluaran yang berlebihan saat berbelanja (42%). Hal ini mencerminkan kesadaran mereka dalam mengelola kebutuhan secara bijak

Pada kemampuan mengontrol stimulus, Generasi Z menunjukkan kemampuan menolak tawaran promosi yang tidak sesuai kebutuhan (45%) dan tetap fokus pada anggaran meskipun tergoda oleh iklan menarik (41%). Hal ini menandakan adanya pengendalian diri terhadap godaan eksternal yang memengaruhi keputusan keuangan.

Dalam kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, Generasi Z memiliki kesadaran untuk mempertimbangkan konsekuensi keuangan sebelum mengambil keputusan (54%) dan membuat rencana keuangan untuk menghadapi kebutuhan mendadak (35%). Ini menunjukkan adanya upaya proaktif dalam menjaga stabilitas keuangan mereka.

Pada kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian, sebagian besar Generasi Z dapat menganalisis dampak suatu pengeluaran terhadap kondisi keuangan (57%) dan mempelajari

pola pengeluaran sebelumnya untuk menghindari kesalahan yang sama (55%). Ini menunjukkan kematangan dalam mengevaluasi dan belajar dari pengalaman keuangan sebelumnya.

Terakhir, dalam kemampuan mengambil keputusan, Generasi Z cenderung membuat keputusan berdasarkan prioritas kebutuhan (45%) dan menggunakan informasi yang akurat sebelum memutuskan untuk berinvestasi atau meminjam (42%). Hal ini mencerminkan pendekatan yang rasional dan terukur dalam pengambilan keputusan finansial.

Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa mayoritas Generasi Z telah menunjukkan tingkat pengendalian diri yang baik dalam mengelola keuangan mereka, meskipun beberapa aspek, seperti perencanaan untuk kebutuhan mendadak, masih memerlukan perhatian lebih.

Tabel 4 Pengelolaan Keuangan Pribadi Generasi Z

No	Indikator	Pertanyaan	Hasil	
1	Kemampuan Mengelola Anggaran Pendapatan dan Pengeluaran	Saya mencatat setiap pendapatan dan pengeluaran secara rinci.	Netral	45%
		Saya memiliki alokasi anggaran untuk setiap kebutuhan bulanan.	Setuju	38%
2	Usaha untuk Meningkatkan Pendapatan dan Mengurangi Pengeluaran	Saya selalu mencari peluang untuk menambah pendapatan.	Setuju	43%
		Saya mengurangi pengeluaran yang tidak esensial untuk menghemat uang.	Setuju	56%
3	Kebijaksanaan dalam Menggunakan Fasilitas Keuangan	Saya menggunakan kartu kredit hanya untuk kebutuhan mendesak.	Netral	39%
		Saya membayar cicilan pinjaman tepat waktu untuk menghindari denda.	Setuju	41%
4	Pemilihan Sumber Utang dengan Risiko yang Diperhitungkan	Saya meminjam uang hanya dari sumber yang terpercaya.	Sangat Setuju	52%
		Saya menghitung risiko sebelum memutuskan untuk berhutang.	Sangat Setuju	55%
5	Penyesuaian Gaya Hidup dengan Kondisi Keuangan	Gaya hidup saya disesuaikan dengan penghasilan saya saat ini.	Setuju	51%
		Saya menghindari gaya hidup yang melebihi kemampuan finansial saya.	Sangat Setuju	58%
6	Penerapan Pola Hidup Sehat untuk Menghindari Risiko Finansial	Saya mengalokasikan dana untuk menjaga kesehatan fisik dan mental.	Setuju	41%
		Saya mengurangi kebiasaan yang dapat menyebabkan biaya kesehatan yang tinggi di masa depan.	Setuju	43%
7	Memiliki Lebih dari Satu Sumber Pendapatan	Saya memiliki pekerjaan tambahan untuk menambah penghasilan.	Netral	37%
		Saya menjelajahi peluang investasi untuk menciptakan sumber pendapatan baru.	Setuju	40%

8	Kebiasaan Menabung dan Pemahaman tentang Investasi	Saya menyisihkan sebagian pendapatan untuk tabungan setiap bulan.	Setuju	39%
		Saya memahami risiko dan keuntungan dari produk investasi yang saya pilih	Setuju	41%
9	Pemahaman terhadap Nilai Mata Uang	Saya memperhatikan perubahan nilai tukar mata uang sebelum melakukan transaksi internasional.	Setuju	48%
		Saya memahami dampak inflasi terhadap daya beli uang saya.	Sangat Setuju	42%

Sumber: Pengolahan Data (2024)

Berdasarkan tabel, terlihat bahwa mayoritas Generasi Z memiliki kemampuan yang baik dalam mengelola anggaran pendapatan dan pengeluaran. Sebanyak 45% Generasi Z mencatat setiap pendapatan dan pengeluaran secara rinci, sementara 38% telah memiliki alokasi anggaran untuk setiap kebutuhan bulanan. Hal ini menunjukkan upaya mereka dalam mengelola keuangan secara terorganisir.

Pada indikator usaha untuk meningkatkan pendapatan dan mengurangi pengeluaran, sebanyak 43% Generasi Z selalu mencari peluang untuk menambah pendapatan, sedangkan 56% mengurangi pengeluaran yang tidak esensial untuk menghemat uang. Hal ini mencerminkan komitmen Generasi Z dalam meningkatkan efisiensi pengelolaan keuangan mereka.

Dalam penggunaan fasilitas keuangan, sebanyak 39% Generasi Z hanya menggunakan kartu kredit untuk kebutuhan mendesak, dan 41% membayar cicilan pinjaman tepat waktu untuk menghindari denda. Hal ini menunjukkan kebijaksanaan mereka dalam menggunakan fasilitas keuangan untuk menghindari risiko yang tidak perlu.

Pada indikator pemilihan sumber utang dengan risiko yang diperhitungkan, 52% Generasi Z hanya meminjam uang dari sumber yang terpercaya, dan 55% menghitung risiko sebelum memutuskan untuk berhutang. Hal ini menunjukkan tingkat kehati-hatian yang tinggi dalam pengelolaan utang.

Generasi Z juga menunjukkan adaptasi yang baik pada penyesuaian gaya hidup dengan kondisi keuangan mereka, dengan 51% menyesuaikan gaya hidup dengan penghasilan, sementara 58% menghindari gaya hidup yang melebihi kemampuan finansial. Ini mencerminkan kesadaran mereka untuk tetap hidup sesuai dengan kemampuan.

Dalam penerapan pola hidup sehat untuk menghindari risiko finansial, sebanyak 41% Generasi Z mengalokasikan dana untuk menjaga kesehatan fisik dan mental, dan 43% mengurangi kebiasaan yang dapat menyebabkan biaya kesehatan yang tinggi di masa depan. Hal ini menunjukkan perhatian mereka terhadap pengelolaan risiko keuangan melalui pola hidup sehat.

Pada indikator memiliki lebih dari satu sumber pendapatan, sebanyak 37% Generasi Z memiliki pekerjaan tambahan untuk menambah penghasilan, dan 40% menjelajahi peluang investasi untuk menciptakan sumber pendapatan baru. Ini mencerminkan inisiatif mereka dalam mencari pendapatan tambahan untuk mendukung stabilitas keuangan.

Kebiasaan menabung dan pemahaman tentang investasi juga cukup baik, dengan 39% Generasi Z menyisihkan sebagian pendapatan untuk tabungan setiap bulan, dan 41% memahami risiko dan keuntungan dari produk investasi yang mereka pilih. Hal ini menunjukkan kesadaran Generasi Z terhadap pentingnya menabung dan investasi untuk masa depan.

Terakhir, pada indikator pemahaman terhadap nilai mata uang, sebanyak 48% Generasi Z memperhatikan perubahan nilai tukar mata uang sebelum melakukan transaksi internasional, dan 42% memahami dampak inflasi terhadap daya beli uang mereka. Ini menunjukkan kesadaran mereka terhadap pentingnya memahami faktor ekonomi global yang memengaruhi keuangan pribadi.

Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa mayoritas Generasi Z telah memiliki tingkat kesadaran dan pengelolaan keuangan yang baik dalam berbagai aspek, meskipun beberapa indikator seperti memiliki pekerjaan tambahan masih perlu ditingkatkan.

Uji Validitas

Sujarweni mengungkap (2022:192), Uji validitas biasa digunakan saat mengevaluasi layakannya setiap item yang terdaftar pada pernyataan untuk mengartikan sebuah variabel. Tingkat validitas suatu instrumen dapat diuji menggunakan metode product moment, ialah dengan cara membandingkan hasil nilai rhitung dengan rtabel. Sebuah kuesioner dianggap valid hasilnya jika rhitung > rtabel, dan dianggap tidak valid hasilnya jika rhitung < rtable.

Tabel 5 Hasil Uji Validitas

Variabel	Indikator	Butir Soal	Rhitung	Rtabel	Keterangan
Self-Control	Kemampuan mengontrol perilaku	1	0,628	0,2324	Valid
		2	0,654	0,2324	Valid
	Kemampuan mengontrol stimulus	3	0,634	0,2324	Valid
		4	0,606	0,2324	Valid
	Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian	5	0,656	0,2324	Valid
		6	0,607	0,2324	Valid
	Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian	7	0,651	0,2324	Valid
		8	0,678	0,2324	Valid
	Kemampuan mengambil keputusan	9	0,552	0,2324	Valid
		10	0,589	0,2324	Valid
Pengelolaan Keuangan Pribadi	Kemampuan mengelola anggaran pendapatan dan pengeluaran	11	0,398	0,2324	Valid
		12	0,643	0,2324	Valid
	Usaha untuk meningkatkan pendapatan sambil mengurangi pengeluaran	13	0,38	0,2324	Valid
		14	0,348	0,2324	Valid
	Kebijaksanaan dalam menggunakan fasilitas keuangan seperti	15	0,447	0,2324	Valid
		16	0,369	0,2324	Valid
	Pemilihan sumber utang dengan risiko yang diperhitungkan	17	0,323	0,2324	Valid
		18	0,458	0,2324	Valid
	Penyesuaian gaya hidup dengan kondisi keuangan	19	0,543	0,2324	Valid
		20	0,457	0,2324	Valid
	Penerapan pola hidup sehat untuk menghindari risiko finansial di masa depan	21	0,461	0,2324	Valid
		22	0,52	0,2324	Valid
	Memiliki lebih dari satu sumber pendapatan	23	0,363	0,2324	Valid
		24	0,603	0,2324	Valid
	Kebiasaan menabung dan pemahaman tentang investasi	25	0,601	0,2324	Valid
		26	0,600	0,2324	Valid
	Pemahaman terhadap nilai mata uang	27	0,527	0,2324	Valid
		28	0,486	0,2324	Valid

Sumber: Pengolahan Data (2024)

Tabel 5, menunjukkan bahwa Uji validitas keseluruhan memiliki rhitung > rtabel yaitu (0,2324) sehingga keseluruhan indikator penelitian ini dinyatakan valid.

Uji Reabilitas

Menurut Sujarweni (2022:192), uji reliabilitas merupakan alat ukur untuk menilai konsistensi Generasi Z dalam menanggapi pernyataan mengenai konstruk dari sebuah variabel tersebut yang telah disusun sesuai bentuk kuesioner.

Tabel 6 Hasil Uji Reabilitas

Variabel	Jumlah Item	Crocnbach Alpha	Nilai Alpha	Keterangan
Self-Control	10	0,825	0,6	Reliabel
Pengelolaan Keuangan	18	0,778		Reliabel

Sumber: Pengolahan Data (2024)

Dapat kita lihat pada tabel 6, menunjukan bahwasannya seluruh variabel memiliki croncbach alpha > 0,6. Maka dapat kita disimpulkan bahwa keseluruhan variabel dapat disebutkan Reliabel.

Uji Normalitas

Wiratna Sujarweni pada 2022 mengungkapkan bahwa uji normalitas ini dilakukan untuk mengetahui pola distribusi data pada variabel yang akan dipakai didalam penelitian.

Tabel 7 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters[a,b]	Mean	0E-7
	Std. Deviation	5,91173083
Most Extreme Differences	Absolute	,060
	Positive	,042
	Negative	-,060
Kolmogorov-Smirnov Z		,599
Asymp. Sig. (2-tailed)		,866

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Sumber: Pengolahan Data (2024)

Sesuai dengan hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov sesuai tabel 7, didapat nilai signifikansi sebesar 0,866 > 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut mengikuti distribusi normal.

Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk menguji apakah ada perbedaan dari variance residual diantara satu periode peninjauan dengan periode pengamatan lainnya. (Sujarweni, 2022:186)

Tabel 8 Hasil Uji Heteroskedastisitas

Coefficients[a]

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		

(Constant)	,542	2,865		,189	,850
Self-Control	,104	,072	,143	1,433	,155

a. Dependent Variable: Pengelolaan Keuangan Individu

Sumber: Pengolahan Data (2024)

Dilihat pada tabel 8, uji heteroskedastisitas tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada variabel *self-control* ialah 0,155 > 0,05. Hal ini menunjukan bahwa tidak akan terjadi terhadap gejala heteroskedastisitas, sehingga model regresi tersebut dapat dianggap valid untuk digunakan.

Uji Korelasi

Uji korelasi memiliki tujuan sehingga mengetahui tidak adanya korelasi diantara variabel yang dapat mengganggu saat periode tertentu dan variabel yang sebelumnya (Sujarweni, 2022)

Tabel 9 Hasil Uji Korelasi

Correlations

		Pengelolaan Keuangan Individu	Self-Control
Pearson Correlation	Pengelolaan Keuangan Individu	1,000	,572
	Self-Control	,572	1,000
Sig. (1-tailed)	Pengelolaan Keuangan Individu	.	,000
	Self-Control	,000	.
N	Pengelolaan Keuangan Individu	100	100
	Self-Control	100	100

Sumber: Pengolahan Data (2024)

Berdasarkan output pada tabel 9 menunjukkan hasil uji korelasi antara variabel *self-control* dan pengelolaan keuangan individu. Nilai korelasi Pearson sebesar 0,572 mendindikasikan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara jedua variabel tersebut. Artinya, semakin tinggi tingkat self-control seseorang, semakin baik pengelolaan keuangan individu yang dilakukan.

Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi (R^2) berfungsi untuk mengukur seberapa besar peran variabel independen dalam menjelaskan yan terjadi pada variabel dependen.

Tabel 10 Hasil Uji Koefisien Determinasi

Modal Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,572[a]	,327	,320	5,942

Sumber: Pengolahan Data (2024)

Dari tabel 10, nilai Adjusted R Square sebesar 0,320 yang menunjukkan bahwa sekitar 32% variabel dependen, yaitu Pengelolaan Keuangan Individu, dapat dijelaskan oleh variabel independen, yaitu *self-control.* Sedangkan sisanya sebanyak 68% dipengaruhi oleh variabel yang tidak tercakup dalam penelitian ini.

Uji T

Uji **t** digunakan untuk menilai tingkat signifikansi pengaruh setiap variabel independen terhadap variabel dependen secara terpisah.

Tabel 11 Hasil Uji T

Coefficients[a]

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	37,672	4,668		8,070	,000
Self-Control	,813	,118	,572	6,898	,000

a. Dependent Variable: Pengelolaan Keuangan Individu

Sumber: Pengolahan Data (2024)

Pada tabel 11 hasil uji statistik t menunjukkan bahwa nilai t hitung sebesar 6,898 > 0,2324, dengan nilai signifikansi 0,000 < 0,10. Hal ini, mengindikasikan bahwa *self-control* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap pengelolaan keuangan individu.

Pengaruh *Self-control* (X) Terhadap Pengelolaan Keuangan (Y)

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa t hitung mencapai 6,898, yang lebih tinggi dibandingkan dengan 0,2324, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,10. Hal ini mengindikasikan bahwa terdapat pengaruh self-control terhadap pengelolaan keuangan Generasi Z di Kota Cimahi. Kemampuan *self-control* yang baik dapat membantu seseorang dalam mengurangi pengeluaran yang berlebihan. Semakin baik individu dalam mengendalikan keuangannya, maka pengelolaan keuangan yang dilakukan akan semakin baik. Temian ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Hidayah & Iramani, 2023), (Nisa & Haryono, 2022), dan (Komala, Sihabudin, & Fauji, 2024) yang mengungkapkan bahwa *self-control* memberikan pengaruh secara positif dan signifikan terhadap pengelolaan keuangan.

PENUTUP

Berdasarkan temuan penelitian mengenai dampak self-control terhadap pengelolaan keuangan pribadi Generasi Z di era cashless society, dapat disimpulkan bahwa self-control berpengaruh positif dan signifikan terhadap pengelolaan keuangan pribadi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat self-control seseorang, semakin baik pula pengelolaan keuangan yang dilakukan. Dalam konteks cashless society, di mana kemudahan pembayaran digital dapat memicu perilaku konsumtif, self-control menjadi kunci utama dalam menjaga disiplin keuangan. Generasi Z yang memiliki kemampuan kontrol diri tinggi cenderung mampu mengelola pengeluaran dengan bijak, menyusun anggaran dengan terencana, serta memprioritaskan kebutuhan dibandingkan keinginan. Hal ini menunjukkan bahwa pengendalian diri tidak hanya berperan penting dalam kehidupan sehari-hari, tetapi juga menjadi fondasi utama untuk menjaga stabilitas keuangan pribadi, terutama di tengah dominasi teknologi finansial.

REFERENSI

Doan, L. T., Rahman, M., & Vo, X. V. (2024). Mitigating overconsumption through mindfulness:the role of cashless payments in impulsive buyingand sustainable consumer behaviour. *JOURNAL OF CHINESE ECONOMIC AND BUSINESS STUDIES* .

Hidayah, A. N., & Iramani, R. (2023). Pengaruh Literasi Keuangan, Gaya Hidup, Dan Sikap Keuangan Terhadap Perilaku Pengelolaan Keuangan Pada Generasi Milenial Dengan Pengendalian Diri Sebagai Variabel Mediasi. *Management Studies and Entrepreneurship Journal*.

Komala, M., Sihabudin, & Fauji, R. (2024). Pengaruh Sikap Keuangan, Kontrol Diri dan Self RewardTerhadap Pengelolaan Keuangan pada Generasi Z di Kecamatan Telukjambe Barat. *Al-Kharaj: Jurnal Ekonomi, Keuangan & Bisnis Syariah*.

Nisa, F. K., & Haryono, N. A. (2022). Pengaruh Financial Knowledge, Financial Attitude, Financial Self Efficacy, Income, Locus Of Control, Dan Lifestyle Terhadap Financial Management Behavior Generasi Z. *Jurnal Ilmu Manajemen*.

Pasha, A. C. (2020, March 6). *news.schoolmedia.id*. Retrieved from https://news.schoolmedia.id: https://news.schoolmedia.id/artikel/4-Masalah-Keuangan-yang-Sering-Dialami-Generasi-Z-Kamu-Juga-78

Sari, W. A., Fiorintari, & Ardhi, Q. (2023). ERSEPSI GENERASI-Z DALAM PENGGUNAAN FINTECH PAYMENT. *ejurnal.polnep*, 17.

Sujarweni, V. W. (2022). *SPSS UNTUK PENELITIAN.* Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Sundjaja, A. M. (2010). PERENCANAAN KEUANGAN UNTUK MENCAPAI TUJUAN FINANSIAL. *media.neliti.com*, 185.

Wulandari, C. S. (2023, March 31). *bi.go.id*. Retrieved from https://www.bi.go.id: https://www.bi.go.id/id/bi-institute/BI-Epsilon/Pages/Dompet-Digital--Naik-Daun,-Membetot-Minat-Kala-Pandemi.aspx