

Pengaruh Kontrol Diri dan Gaya Hidup Hedonis terhadap Perilaku Konsumtif pada Dewasa Awal di Kabupaten Karawang

Asrori Pradana¹, Nuram Mubina², R Yuwono Pratomo³

Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang, Indonesia
ps21.asroripradana@mhs.ubpkarawang.ac.id, nuram.mubina@ubpkarawang.ac.id,
yuwono.pratomo@ubpkarawang.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of self-control and hedonistic lifestyle on consumptive behavior among young adults in Karawang Regency. The research method used a quantitative approach with a causality design. The research sample consisted of 358 young adult participants determined using convenience sampling. The instruments used included the Indonesian version of the self-control scale by Arifin and Milla (2020), a hedonistic lifestyle scale developed by the researchers based on the aspects of hedonistic lifestyle by Wells and Tigert, and a consumptive behavior scale developed by the researchers based on the indicators of consumptive behavior by Sumartono, which had been tested for validity and reliability. Data analysis used multiple regression tests with the help of SPSS 25. The results showed that self-control and hedonistic lifestyle simultaneously had a significant effect (significance value = 0.000) on consumptive behavior ($R^2 = 0.736$). Partially, self-control had a negative effect on consumptive behavior, while hedonistic lifestyle had a positive effect. These findings confirm that consumptive behavior in early adulthood can be suppressed through increased self-control, but hedonistic tendencies actually reinforce consumptive behavior. This study contributes to the development of psychology, particularly in understanding the factors that influence consumptive behavior in early adulthood.

Keywords: *Self-Control, Hedonistic Lifestyle, Consumptive Behavior, Early Adulthood*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kontrol diri dan gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif pada dewasa awal di Kabupaten Karawang. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kausalitas. Sampel penelitian berjumlah 358 partisipan dewasa awal yang ditentukan dengan teknik *convenience sampling*. Instrumen yang digunakan meliputi skala kontrol diri versi Indonesia dari Arifin dan Milla (2020), skala gaya hidup hedonis yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek gaya hidup hedonis dari Wells dan Tigert, dan skala perilaku konsumtif yang disusun oleh peneliti berdasarkan indikator perilaku konsumtif dari Sumartono yang telah teruji validitas serta reliabilitasnya. Analisis data menggunakan uji regresi berganda dengan bantuan SPSS 25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri dan gaya hidup hedonis secara simultan berpengaruh signifikan (nilai signifikansi = 0,000) terhadap perilaku konsumtif ($R^2 = 0,736$). Secara parsial, kontrol diri berpengaruh negatif terhadap perilaku konsumtif, sedangkan gaya hidup hedonis berpengaruh positif. Temuan ini menegaskan bahwa perilaku konsumtif pada dewasa awal dapat ditekan melalui peningkatan kontrol diri, namun kecenderungan hidup hedonis justru memperkuat perilaku konsumtif. Penelitian ini memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi khususnya dalam memahami faktor-faktor yang memengaruhi perilaku konsumtif pada dewasa awal.

Kata Kunci: Kontrol Diri, Gaya Hidup Hedonis, Perilaku Konsumtif, Dewasa Awal.

PENDAHULUAN

Setiap individu akan menjalani tugas-tugas perkembangannya mulai dari anak-anak, remaja, orang dewasa sampai ke lansia (Putri, 2019). Salah satu tahap perkembangan tersebut adalah fase dewasa awal, menurut Hurlock (dalam Putri, 2019) masa dewasa awal mulai pada umur 18 tahun sampai 40 tahun, masa dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan yang baru dan harapan-harapan sosial baru. Orang dewasa awal diharapkan memainkan peran baru, seperti suami/istri, orang tua, dan pencari nafkah, keinginan-keinginan baru, mengembangkan sikap-sikap baru dan nilai-nilai baru sesuai tugas baru. Dewasa awal merupakan masa peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa. Peralihan dari ketergantungan ke masa mandiri baik dari ekonomi, kebebasan menentukan diri, dan pandangan masa depan lebih realistis (Putri, 2019). Hal ini diperkuat dengan pendapat Papalia dan Feldman (dalam Cahya dkk., 2021) bahwa pada masa dewasa awal individu sudah mulai mengeksplorasi diri dan lingkungan, seperti mengembangkan sistem atau nilai-nilai diri pribadi serta mulai hidup terpisah dari orang tua dan mandiri. Menurut Henrietta (dalam Putri dkk., 2022) dalam kemandirian pada masa dewasa awal ini terutama secara ekonomi dapat mendorong individu menjadi lebih konsumtif.

Ada 831.675 orang yang merupakan dewasa awal yang berdomisili di Kabupaten Karawang berdasarkan data pada BPS Kabupaten Karawang (2025). Kabupaten Karawang sebagai salah satu daerah industri terbesar di Jawa Barat (Syarif dkk., 2025). Kota yang dulunya dijuluki lumbung padi Indonesia namun belakangan ini sudah mulai bergeser menjadi kota industri, dimana dalam kota ini banyak berdiri pabrik dan perusahaan, selain itu juga memiliki banyak bisnis, perdagangan, dan industri, oleh karena itu Karawang bisa disebut sebagai kawasan perkotaan. Berdasarkan Undang-Undang No. 24 Tahun 1992 tentang Penataan Ruang, kawasan perkotaan adalah kawasan yang mempunyai kegiatan utama bukan pertanian dengan susunan fungsi kawasan sebagai tempat permukiman perkotaan, pemusatan dan distribusi pelayanan jasa pemerintahan, pelayanan sosial, dan kegiatan ekonomi. Kota Karawang memiliki pusat perbelanjaan yang lengkap seperti plaza, *mall*, dan supermarket yang memberi kemudahan bagi orang untuk membeli keinginan dan kebutuhannya. Karawang sebagai salah satu daerah di Indonesia yang telah berevolusi menjadi kota industri, dengan dinamika penduduk yang memiliki beragam pekerjaan dengan rentang penghasilannya, bahkan pada zaman yang serba instan, masyarakat ikut merasakan pengaruhnya di mana daya beli di Karawang menjadi tinggi (Sari dkk., 2019). Hal ini dapat dibuktikan langsung di lapangan, seperti ramainya tempat belanja pada saat ada promo atau diskon, banyak orang yang datang ke *grand opening* sebuah tempat belanja, dan acara-acara seperti bazar atau acara lain yang jumlah pengunjungnya membludak.

Menurut Sumartono (dalam Miranda dan Lubis, 2017) perilaku konsumtif

merupakan tindakan seseorang membeli suatu barang tanpa adanya pertimbangan yang masuk akal di mana seorang tersebut dalam membeli suatu barang tidak didasarkan pada faktor kebutuhan. Sedangkan Lina dan Rosyid (dalam Julita dkk., 2022) menyatakan bahwa perilaku konsumtif melekat pada seseorang bila orang tersebut membeli sesuatu di luar kebutuhan yang rasional, pembelian sudah tidak lagi didasarkan pada kebutuhan tetapi sudah pada taraf keinginan yang berlebihan. Kotler dan Keller (dalam Siregar, 2021) juga menuturkan bahwa perilaku konsumtif adalah perilaku seseorang atau kelompok ketika memilih, membeli, menggunakan atau menempatkan suatu produk, jasa ide atau pengalaman untuk memuaskan keinginan. Aspek-aspek perilaku konsumtif menurut Lina dan Rosyid (dalam Julita dkk., 2022) adalah pembelian impulsif, pembelian tidak rasional, dan pembelian berlebih/pemborosan. Sedangkan menurut Sumartono (dalam Lubis dan Sovitriana, 2019) terdapat 8 indikator perilaku konsumtif, diantaranya lain membeli produk karena penawaran khusus, membeli produk karena tampilannya, membeli produk demi menjaga penampilan diri dan gengsi, membeli produk atas dasar pertimbangan harga (bukan atas dasar manfaat atau kegunaannya), membeli produk hanya sekedar untuk menjaga simbol status, memakai produk karena unsur konformitas terhadap model yang mengiklankan produk, membeli produk dengan harga mahal untuk meningkatkan rasa percaya diri (munculnya penilaian bahwa membeli produk dengan harga mahal akan menimbulkan percaya diri yang tinggi), dan mencoba lebih dari dua produk sejenis (merek berbeda). Menurut Kotler dan Armstrong (dalam Siregar, 2021), munculnya perilaku konsumtif disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu faktor sosial (kelompok referensi, keluarga, peran dan status), faktor pribadi (usia dan tahap siklus hidup, pekerjaan, keadaan ekonomi, gaya hidup), faktor budaya (peran budaya, sub budaya, kelas sosial), faktor psikologis (kepribadian, kontrol diri motivasi, persepsi, konsep diri, pengalaman belajar, sikap dan keyakinan). Perilaku konsumtif menurut Kurniawan (2017) memiliki beberapa dampak negatif, diantaranya pola hidup yang boros, mengurangi kesempatan untuk menabung, individu yang berperilaku konsumtif cenderung tidak memikirkan kebutuhannya di masa depan, dan perilaku konsumtif juga berpotensi menimbulkan kecemburuan sosial.

Berdasarkan hasil survei pra-penelitian yang dilakukan peneliti di Kabupaten Karawang, peneliti mendapati 30 responden yang merupakan orang dalam rentang usia dewasa awal ikut serta dalam pengisian kuesioner pernah atau sering berperilaku konsumtif. Hal ini dapat dilihat dari hasil survei tersebut dimana mayoritas partisipan membeli barang tanpa melalui pertimbangan dan perencanaan terlebih dahulu hanya berdasarkan oleh keinginan sesaat, menunjukkan pembelian impulsif. Hampir semua partisipan membeli produk yang sebenarnya tidak mereka butuhkan, hanya karena ada diskon, tampilannya bagus atau hal lain di luar kebutuhan, yang mencerminkan pembelian tidak rasional. Banyak juga dari mereka yang membeli barang tanpa memperhatikan keadaan finansialnya dan menggunakan uangnya untuk membeli barang yang kurang perlu, yang menggambarkan pemborosan (*wasteful buying*). Menurut Lina dan Rosyid (dalam Julita dkk., 2022) kebiasaan berbelanja seperti fenomena yang telah disebutkan sebelumnya

merupakan perilaku konsumtif karena terdapat aktivitas membeli suatu barang tidak lagi berdasarkan pada kebutuhan yang rasional sehingga terjadinya perubahan dalam proses membeli suatu produk yang kini beralih dari yang bersifat kebutuhan menjadi keinginan.

Seperti yang sudah tercantum pada paragraf sebelumnya salah satu faktor yang dapat memengaruhi perilaku konsumtif yaitu kontrol diri dan gaya hidup. Kontrol diri dapat membantu individu dalam mengendalikan perilaku untuk mengambil keputusan pembelian melalui adanya pertimbangan terhadap barang yang akan dibeli. Individu yang memiliki kontrol diri yang rendah sering kali mengalami kesulitan dalam menentukan konsekuensi atas tindakan yang mereka lakukan, sedangkan individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan cenderung memperhatikan tingkah laku yang tepat untuk digunakan dalam berbagai macam situasi/kondisi (Chita dkk., 2015). Kontrol diri pada seseorang dapat mempengaruhi pengambilan keputusan, pengendalian diri, dan mengontrol emosi serta dorongan dalam pengambilan keputusan (Haryani dan Hermanto, 2016).

Tangney, Baumeister, dan Boone (dalam Arum dan Khoirunnisa, 2021) mendefinisikan kontrol diri adalah kemampuan seseorang dalam menentukan setiap perilakunya berdasarkan pada standar seperti moral, aturan, dan nilai-nilai yang berlaku di masyarakat. Menurut Ghufron dan Risnawati (dalam Arum dan Khoirunnisa, 2021) kontrol diri merupakan salah satu kemampuan pada individu dalam mengontrol dan mengelola perilaku berdasarkan pada situasi dan kondisi agar memiliki kemampuan mengendalikan diri, keinginan untuk mengubah dan menyesuaikan perilaku dengan lingkungan, serta berusaha menyesuaikan dengan orang lain dan mudah menutupi perasaannya. Wolfe dan Higgins (dalam Darminto dan Mauludiyah, 2020) juga menjelaskan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu mempertimbangkan berbagai konsekuensi dari hal yang sedang mereka hadapi. Adapun aspek-aspek kontrol diri menurut Tangney, Baumeister, dan Boone (dalam Darminto dan Mauludiyah, 2020) antara lain adalah kedisiplinan diri individu dalam melakukan dan menyelesaikan pekerjaan dengan tepat waktu, aksi tidak impulsif yang dilihat dari kebiasaan individu melakukan sesuatu sesuai dengan norma maupun aturan yang berlaku, menjalankan pola hidup sehat, mampu konsentrasi dalam menyelesaikan pekerjaan, dan konsisten terhadap perencanaan jangka panjang. Sedangkan menurut De Ridder (dalam Arifin dan Milla, 2020) kontrol diri memiliki dua dimensi, yaitu *inhibition* yang diartikan sebagai kemampuan diri untuk menahan godaan impuls, dan *initiation* yang berarti kemampuan untuk memulai tindakan yang disengaja dan terencana yang dilakukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

Pada penelitian Sari (2021) menunjukkan pengaruh negatif kontrol diri terhadap perilaku konsumtif dimana semakin tinggi perilaku konsumtif maka semakin rendah kontrol diri. Hasil serupa juga terdapat pada penelitian Anggraini (2019) yang menunjukkan terdapat pengaruh signifikan yang berkorelasi negatif antara kontrol diri terhadap perilaku konsumtif, artinya semakin tinggi kontrol diri

maka semakin rendah perilaku konsumtif, begitu pun sebaliknya.

Selain kontrol diri, gaya hidup juga menjadi salah satu faktor dari perilaku konsumtif, seperti yang diungkapkan oleh Engel (dalam Lutfiah dkk., 2022) bahwa gaya hidup merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku konsumtif. Hal ini didukung oleh pendapat Hawkins (dalam Khairat dkk., 2018) yang menyebutkan bahwa gaya hidup seseorang mempengaruhi kebutuhan, keinginan, serta perilakunya termasuk perilaku membeli, gaya hidup juga sering kali dijadikan motivasi dasar dan pedoman dalam memilih sesuatu. Menurut Suryani (dalam Alamanda, 2018) gaya hidup didefinisikan bagaimana individu menjalankan kehidupan, bagaimana membelanjakan uang, bagaimana memanfaatkan waktunya serta kepribadian lebih merujuk pada karakteristik internal.

Salah satu jenis gaya hidup yaitu gaya hidup hedonis. Menurut Wells dan Tigert (dalam Azzahra dkk., 2024) gaya hidup hedonis adalah pola hidup seseorang sebagai proses penggunaan uang dan waktu yang dimiliki yang dinyatakan dalam aktivitas seperti menghabiskan waktu di luar rumah, minat, dan opini yang selalu menekankan dan berorientasi pada kesenangan dan kenikmatan materi sebagai tujuan utama dalam hidup. Arini (dalam Ulfairah, 2021) juga mengungkapkan bahwa gaya hidup hedonis adalah cara seseorang dalam menghabiskan waktu dan mengekspresikan dirinya berdasarkan pandangan kesenangan yang menjadi tujuan hidupnya. Ada 3 aspek gaya hidup hedonis menurut Wells dan Tigert (dalam Azzahra dkk., 2024) yaitu aktivitas, minat, dan opini.

Adanya pengaruh gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif didukung oleh hasil penelitian terdahulu seperti penelitian Sumantri dan Kurniawan (2023) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara gaya hidup hedonis dan perilaku konsumtif yang artinya semakin tinggi gaya hidup hedonis semakin tinggi pula perilaku konsumtif. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Ritonga dan Puspita (2022) yang menyatakan adanya pengaruh positif antara gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif.

Berdasarkan uraian di atas, maka judul pada penelitian ini adalah “Pengaruh Kontrol Diri dan Gaya Hidup Hedonis terhadap Perilaku Konsumtif pada Dewasa Awal di Kabupaten Karawang”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh kontrol diri dan gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif pada dewasa awal di Kabupaten Karawang. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih positif terhadap perkembangan ilmu psikologi. Selain itu, dapat dipergunakan sebagai referensi untuk penelitian ke depannya yang akan meneliti variabel yang sama yaitu, kontrol diri, gaya hidup hedonis dan perilaku konsumtif. Hipotesis pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

H1 : ada pengaruh kontrol diri dan gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif pada dewasa awal di Kabupaten Karawang.

H2 : ada pengaruh kontrol diri terhadap perilaku konsumtif pada dewasa awal di Kabupaten Karawang.

H3 : ada pengaruh gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif pada dewasa awal di Kabupaten Karawang.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Metodologi penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2018) penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pengumpulan-pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Penelitian ini menggunakan desain kausalitas, yang mana menurut Sugiyono (2021) tujuan dari jenis desain penelitian ini adalah untuk menemukan hubungan yang sifatnya kausal (sebab-akibat). Sedangkan variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah kontrol diri sebagai variabel X1, gaya hidup hedonis sebagai variabel X2, dan perilaku konsumtif sebagai variabel Y.

Partisipan

Populasi dalam penelitian ini merupakan individu dewasa awal dengan rentang usia 20 hingga 40 tahun berdomisili di Karawang yang diketahui dari Badan Pusat Statistik Kabupaten Karawang (2025) berjumlah 831.675 jiwa. Jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 358 partisipan, yang ditentukan menggunakan tabel Isaac dan Michael. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *non-probability sampling* dengan jenis teknik *convenience sampling*.

Instrumen Penelitian

Peneliti mengadopsi skala kontrol diri versi Indonesia dari Arifin dan Milla (2020) yang di adaptasi dari skala kontrol diri De Ridder (2012) untuk mengukur variabel kontrol diri. Item pada skala ini berjumlah 10 item yang terdiri dari 3 item *favorable* dan 7 item *unfavorable*. Skala ini menggunakan skala Likert 1-7 dengan skor 1 adalah sangat tidak setuju, skor 2 adalah tidak setuju, skor 3 adalah kurang setuju, skor 4 adalah netral, skor 5 adalah cukup setuju, skor 6 adalah setuju, dan skor 7 adalah sangat setuju. Setelah dilakukan analisis item menggunakan teknik *item-total correlation* dengan SPSS 25 for Windows 64-bit, didapati rentang nilai validitas skala kontrol diri adalah 0,625 sampai 0,854 dan nilai reliabilitasnya adalah 0,934 sehingga dapat dikatakan skala tersebut valid dan reliabel.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel gaya hidup hedonis adalah skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek gaya hidup hedonis dari Wells dan Tigert. Item pada skala ini berjumlah 16 item yang terdiri dari 10 item *favorable* dan 6 item *unfavorable*. Skala ini menggunakan skala Likert 1-4 dengan skor 1 adalah sangat tidak setuju, skor 2 adalah tidak setuju, skor 3 adalah setuju, dan skor 4 adalah sangat setuju. Setelah dilakukan analisis item menggunakan teknik *item-total correlation* dengan SPSS 25 for Windows 64-bit, didapati rentang nilai validitas skala gaya hidup hedonis adalah 0,554 sampai 0,877 dan nilai reliabilitasnya adalah

0,954 sehingga dapat dikatakan skala tersebut valid dan reliabel.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel perilaku konsumtif adalah skala yang disusun oleh peneliti berdasarkan indikator perilaku konsumtif dari Sumartono. Item pada skala ini berjumlah 15 item yang terdiri dari 7 item *favorable* dan 8 item *unfavorable*. Skala ini menggunakan skala Likert 1-4 dengan skor 1 adalah sangat tidak setuju, skor 2 adalah tidak setuju, skor 3 adalah setuju, dan skor 4 adalah sangat setuju. Setelah dilakukan uji coba skala dengan analisis item menggunakan teknik *item-total correlation* dengan SPSS 25 for Windows 64-bit, didapati rentang nilai validitas skala gaya hidup hedonis adalah 0,624 sampai 0,923 dan nilai reliabilitasnya adalah 0,973 sehingga dapat dikatakan skala tersebut valid dan reliabel.

Analisis Data

Penelitian ini menggunakan uji normalitas, uji linearitas, uji regresi berganda, uji koefisien determinasi, dan uji tambahan berupa uji kategorisasi dengan menggunakan alat bantu program SPSS 25 for Windows 64-bit.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari 358 partisipan yang merupakan dewasa awal di Kabupaten Karawang, berikut adalah data demonstrasinya :

Tabel 1. Data Demografis

Demografi	Frekuensi	%
Jenis Kelamin :		
Laki-laki	154	43,02%
Perempuan	204	56,98%
Umur :		
20-25	210	58,65%
26-30	106	29,61%
31-35	27	7,54%
36-40	15	4,20%

Berdasarkan tabel demografis di atas dapat dilihat jumlah total partisipan dalam penelitian ini adalah 358 orang yang digolongkan berdasarkan jenis kelamin dan usia. Partisipan laki-laki berjumlah 154 (43,02%) sedangkan 204 (56,98%) lainnya adalah perempuan. Sebaran usia partisipan pada penelitian ini yaitu, partisipan yang berusia 20-25 tahun berjumlah 210 (58,65 %), usia 26-30 berjumlah 106 (29,61%), usia 31-35 berjumlah 27 (7,54%), dan usia 36-40 berjumlah 15 (4,20%).

Berikut Adalah hasil uji normalitas untuk skala kontrol diri, gaya hidup hedonis dan perilaku konsumtif :

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		358
Normal Parameters^{a,b}	Mean	-.0575480
	Std. Deviation	5.21422296
Most Extreme Differences	Absolute	.039
	Positive	.029
	Negative	-.039
Test Statistic		.039
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Berdasarkan tabel hasil uji normalitas dengan *one-sample kolmogorov-smirnov test* di atas, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa data terdistribusi normal, sehingga asumsi normalitas dalam analisis regresi telah terpenuhi.

Selanjutnya berikut adalah hasil dari uji linearitas yang telah dilakukan :

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas Kontrol Diri terhadap Perilaku Konsumtif

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PK * KD	Between Groups	(Combined)	10191.490	49	207.990	3.666	.000
		Linearity	6851.405	1	6851.405	120.763	.000
		Deviation from Linearity	3340.085	48	69.585	1.227	.157
	Within Groups		17474.231	308	56.735		
	Total		27665.721	357			

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas Gaya Hidup Hedonis terhadap Perilaku Konsumtif

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PK * GH	Between Groups	(Combined)	27581.221	352	78.356	4.636	.044
		Linearity	15308.952	1	15308.952	905.855	.000
		Deviation from	12272.268	351	34.964	2.069	.211

Linearity			
Within Groups	84.500	5	16.900
Total	27665.721	357	

Menurut Azwar (2018), uji linieritas digunakan untuk mengevaluasi apakah hubungan antara dua variabel dalam data penelitian bersifat linier. Berdasarkan tabel 3 di atas, diperoleh nilai signifikansi pada uji linearitas sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan adanya hubungan linear yang signifikan antara variabel kontrol diri dan perilaku konsumtif. Selain itu, nilai signifikansi pada uji *Deviation from Linearity* sebesar 0,157 ($p > 0,05$), yang berarti tidak terdapat penyimpangan signifikan dari linearitas. Dengan demikian, hubungan antara kontrol diri dan perilaku konsumtif dapat dinyatakan linear. Begitupun hubungan antara gaya hidup hedonis dan perilaku konsumtif juga dapat dinyatakan linear, hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai signifikansi pada uji *deviation from linearity* sebesar 0,211 ($p > 0,05$) yang tertera pada tabel 4.

Sugiyono (2021) mengemukakan uji simultan digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat secara bersamaan, suatu variabel bebas dikatakan berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat apabila nilai signifikansinya lebih kecil dari 0,05.

Tabel 5. Hasil Uji Regresi Berganda – Simultan

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	20349.551	2	10174.776	493.707	.000 ^b
Residual	7316.169	355	20.609		
Total	27665.721	357			

Tabel di atas menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini berarti bahwa secara simultan variabel independen yaitu kontrol diri dan gaya hidup hedonis berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen yaitu perilaku konsumtif (H1 diterima).

Menurut Sugiyono (2021) uji parsial berfungsi untuk melihat sejauh mana masing-masing variabel bebas berpengaruh terhadap variabel terikat. Suatu variabel bebas masing-masing dikatakan berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat apabila nilai signifikansinya lebih kecil dari 0,05.

Tabel 6. Hasil Uji Regresi Berganda – Parsial

		Coefficients ^a			t	Sig.
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients			
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	7.656	1.968		3.891	.000
	KD	-.054	.025	-.070	-2.187	.029
	GH	.755	.030	.819	25.592	.000

Berdasarkan hasil uji parsial di atas, kontrol diri memiliki skor beta (β) -0,070 artinya koefisien regresi bernilai negatif dengan nilai signifikansi sebesar $0.029 < 0.05$ yang berarti ada pengaruh negatif kontrol diri terhadap perilaku konsumtif (H2 diterima). Lalu gaya hidup hedonis memiliki skor beta (β) 0,819 artinya koefisien regresi bernilai positif dengan nilai signifikansi sebesar $0.000 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh positif gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif (Ha3 diterima).

Tabel 7. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.858 ^a	.736	.734	4.53971

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji koefisien determinasi pada penelitian ini diketahui bahwa nilai R Square bernilai 0,736 atau 73,6%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa pengaruh kontrol diri dan gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif pada dewasa awal di Kabupaten Karawang sebesar 73,6%, sedangkan 25,4% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Tabel 8. Hasil Uji Koefisien Determinasi Parsial

		Coefficients ^a			t	Sig.	Correlations		
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Zero-order			Partial	Part	
	B	Std. Error	Beta						
1	(Constant)	7.656	1.968		3.891	.000			
	KD	-.054	.025	-.070	-2.187	.029	-.498	-.115	-.060
	GH	.755	.030	.819	25.592	.000	.856	.805	.698

a. Dependent Variable: PK

Berdasarkan tabel di atas, kontrol diri memiliki skor beta sebesar -0,070 dan

skor *zero order* sebesar -0,498 yang berarti bahwa pengaruh yang diberikan oleh variabel kontrol diri terhadap perilaku konsumtif yaitu $-0,070 \times -0,498 \times 100\% = 3,5\%$. Sedangkan gaya hidup hedonis memiliki skor beta 0,819 dan skor *zero order* sebesar 0,856 yang berarti bahwa pengaruh yang diberikan oleh variabel gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif yaitu $0,819 \times 0,856 \times 100\% = 70,1\%$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam kelompok sampel penelitian ini yang paling mempengaruhi perilaku konsumtif adalah gaya hidup hedonis.

Tabel 9. Hasil Uji Kategorisasi Kontrol Diri

		KATE_KD			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	45	12.6	12.6	12.6
	Sedang	82	22.9	22.9	35.5
	Tinggi	231	64.5	64.5	100.0
	Total	358	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil uji kategorisasi di atas, diketahui bahwa sebagian besar partisipan berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 231 orang (64,5%). Sementara itu, sebanyak 82 partisipan (22,9%) berada pada kategori sedang, dan hanya 45 partisipan (12,6%) yang berada pada kategori rendah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas partisipan memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi.

Tabel 10. Hasil Uji Kategorisasi Gaya Hidup Hedonis

		KATE_GH			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	193	53.9	53.9	53.9
	Sedang	123	34.4	34.4	88.3
	Tinggi	42	11.7	11.7	100.0
	Total	358	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil uji kategorisasi di atas, diketahui bahwa sebagian besar partisipan berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 193 orang (53,9%). Sementara itu, sebanyak 123 partisipan (34,4%) berada pada kategori sedang, dan hanya 42 partisipan (11,7%) yang berada pada kategori tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas partisipan memiliki tingkat gaya hidup hedonis yang rendah.

Tabel 11. Hasil Uji Kategorisasi Perilaku Konsumtif

		KATE_PK			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	202	56.4	56.4	56.4
	Sedang	123	34.4	34.4	90.8
	Tinggi	33	9.2	9.2	100.0
	Total	358	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil uji kategorisasi di atas, diketahui bahwa sebagian besar partisipan berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 202 orang (56,4%). Sementara itu, sebanyak 123 partisipan (34,4%) berada pada kategori sedang, dan hanya 33 partisipan (9,2%) yang berada pada kategori tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas partisipan memiliki tingkat perilaku konsumtif yang rendah.

Secara keseluruhan penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri dan gaya hidup hedonis memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku konsumtif pada dewasa awal di Kabupaten Karawang, baik secara simultan maupun parsial. Secara parsial, kontrol diri berpengaruh negatif terhadap perilaku konsumtif, artinya semakin tinggi kontrol diri individu maka semakin rendah kecenderungan untuk berperilaku konsumtif. Sebaliknya, gaya hidup hedonis berpengaruh positif terhadap perilaku konsumtif, yang berarti semakin tinggi kecenderungan hidup hedonis, semakin tinggi pula tingkat perilaku konsumtif individu.

Lebih lanjut, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri dan gaya hidup hedonis secara simultan berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumtif pada dewasa awal di Kabupaten Karawang dengan kontribusi sebesar 73,6%, dengan sebaran pengaruh kontrol diri terhadap perilaku konsumtif adalah sebesar 3,5%, sedangkan pengaruh gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif sebesar 70,1%. Hal ini menandakan bahwa perilaku konsumtif yang muncul pada individu dewasa awal tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal, tetapi juga terkait erat dengan kemampuan individu dalam mengendalikan diri serta pola gaya hidup yang dijalani. Sisanya, sebesar 25,4%, dipengaruhi oleh variabel lain seperti kepribadian, motivasi, konsep diri, pengalaman belajar, keyakinan, keluarga, dan budaya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Secara parsial, kontrol diri terbukti memiliki pengaruh negatif terhadap perilaku konsumtif. Semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki individu, semakin rendah kecenderungan untuk melakukan pembelian impulsif, pemborosan, ataupun pembelian tidak rasional. Temuan ini konsisten dengan teori yang dikemukakan oleh Tangney, Baumeister, dan Boone (dalam Arum dan Khoirunnisa, 2021) yang menyatakan bahwa kontrol diri membantu individu dalam mengendalikan dorongan dan mempertimbangkan konsekuensi dari setiap tindakan,

sehingga dapat menekan perilaku konsumtif. Penelitian ini juga sejalan dengan temuan Sari (2021) serta Anggraini (2019) yang menunjukkan adanya pengaruh negatif signifikan antara kontrol diri dengan perilaku konsumtif. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa kontrol diri berfungsi sebagai faktor protektif dalam menekan perilaku konsumtif pada dewasa awal.

Sebaliknya, gaya hidup hedonis menunjukkan pengaruh positif terhadap perilaku konsumtif. Individu dengan kecenderungan gaya hidup hedonis lebih berorientasi pada kesenangan, kepuasan, dan pemenuhan keinginan sesaat, sehingga lebih mudah terdorong untuk berperilaku konsumtif. Hal ini sesuai dengan pendapat Wells dan Tigert (dalam Azzahra dkk., 2024) yang menyebutkan bahwa gaya hidup hedonis ditandai oleh aktivitas, minat, dan opini yang berpusat pada pencarian kesenangan dan kenikmatan materi, yang pada akhirnya mendorong perilaku konsumtif. Temuan ini juga sejalan dengan hasil penelitian Sumantri dan Kurniawan (2023) serta Ritonga dan Puspita (2022) yang menyatakan adanya pengaruh positif dan signifikan antara gaya hidup hedonis dan perilaku konsumtif. Dengan demikian, gaya hidup hedonis dapat dikategorikan sebagai faktor risiko yang meningkatkan kecenderungan individu untuk melakukan perilaku konsumtif.

Menariknya, hasil kategorisasi menunjukkan bahwa mayoritas partisipan memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi (64,5%) dan gaya hidup hedonis yang cenderung rendah (53,9%). Namun, masih terdapat kecenderungan perilaku konsumtif pada sebagian partisipan, yang dipengaruhi oleh faktor gaya hidup hedonis. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun kontrol diri berfungsi menekan perilaku konsumtif, keberadaan gaya hidup hedonis tetap mampu mendorong individu untuk berperilaku konsumtif. Secara teoritis, hasil penelitian ini mendukung pendapat yang dikemukakan Kotler dan Armstrong (dalam Siregar, 2021), bahwa perilaku konsumtif dipengaruhi oleh faktor psikologis (kontrol diri, motivasi, persepsi), faktor pribadi (usia, gaya hidup, keadaan ekonomi), serta faktor sosial (kelompok referensi, keluarga, status). Dalam konteks penelitian ini, kontrol diri berperan sebagai faktor psikologis yang menekan perilaku konsumtif, sedangkan gaya hidup hedonis termasuk faktor pribadi yang memperkuatnya.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perilaku konsumtif pada dewasa awal di Kabupaten Karawang dapat ditekan melalui peningkatan kontrol diri, namun di sisi lain gaya hidup hedonis justru memperkuat kecenderungan perilaku konsumtif.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri dan gaya hidup hedonis secara simultan berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumtif pada dewasa awal di Kabupaten Karawang. Secara parsial, kontrol diri berpengaruh negatif terhadap perilaku konsumtif, artinya semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki individu maka semakin rendah perilaku konsumtif yang ditunjukkan. Sebaliknya, gaya hidup hedonis berpengaruh positif terhadap perilaku konsumtif, artinya semakin

tinggi gaya hidup hedonis seseorang maka semakin tinggi pula kecenderungannya untuk berperilaku konsumtif. Besarnya kontribusi kedua variabel bebas ini terhadap perilaku konsumtif adalah sebesar 73,6%, sedangkan 25,4% sisanya dipengaruhi faktor lain di luar penelitian. Faktor-faktor lain seperti kepribadian, motivasi, konsep diri, pengalaman belajar, keyakinan, keluarga, dan budaya ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan untuk dijadikan variabel penelitian oleh peneliti selanjutnya dan disarankan untuk meneliti populasi lain, selain itu juga dapat memperluas wilayah penyebaran sampel.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamanda, Y. (2018). Pengaruh harga diri dan gaya hidup terhadap perilaku konsumtif. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 273-279. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i2.4570>
- Anggraini, I. (2019). *Pengaruh kontrol diri terhadap perilaku konsumtif online shopping pada wanita usia dewasa awal* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA).
- Arifin, H. H., & Milla, M. N. (2020). Adaptasi dan properti psikometrik skala kontrol diri ringkas versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 179-195. <https://doi.org/10.7454/jps.2020.18>
- Arum, D., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku konsumtif pada mahasiswi psikologi pengguna e-commerce shopee. *Character*. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i9.42541>
- Azwar, S. (2018). Metode penelitian psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azzahra, S. A., Amelasasih, P., & Haniwati, H. (2024). Gambaran Gaya Hidup Hedonisme pada Remaja di SMA X Surabaya. *Jurnal Ilmiah Dan Karya Mahasiswa*, 2(2), 182-190. <https://doi.org/10.54066/jikma.v2i2.1703>
- Cahya, F. D. (2021). *Emotional Intelligence dengan Stress Pada Dewasa Awal yang Berada Dalam Fase QLC (Quarter-Life Crisis)* (Doctoral dissertation, Universitas17Agustus1945Surabaya).
- Chita, R. C. M., David, L., & Pali, C. (2015). Hubungan Antara Self-Control Dengan Perilaku Konsumtif Online Shopping Produk Fashion Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Angkatan 2011. *Ebiomedik*, 3(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.v3i1.7124>
- Haryani, I., & Herwanto, J. (2016). Hubungan Konformitas Dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Terhadap Produk Kosmetik Pada Mahasiswi. *Jurnal Psikologi*, 11(1), 5-11. <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v11i1.1555>
- Khairat, M., Yusri, N. A., & Yuliana, S. (2018). Hubungan gaya hidup hedonis dengan

perilaku konsumtif pada mahasiswi. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 9(2), 130-139. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v9i2.861>

Kurniawan, C. (2017). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku konsumtif ekonomi pada mahasiswa. *Jurnal Media Wahana Ekonomika*, 13(4). <https://doi.org/10.31851/jmwe.v13i4.2709>

Lutfiah, L., Basri, M., & Kuswanti, H. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku konsumtif mahasiswa pendidikan ekonomi ppapk fkip universitas tanjungpura pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 11(3). <https://doi.org/10.26418/jppk.v11i3.53456>

Maulana, A. N. A., Sajekti, T., & Syarif, D. (2025). Pengaruh Konformitas, Gaya Hidup Hedonisme, Dan Literasi Keuangan Terhadap Perilaku Keuangan Generasi Z Di Kabupaten Karawang. *Economics and Digital Business Review*, 6(2), 1264-1271. <https://doi.org/10.37531/ecotal.v6i2.2999>

Maulida, N. (2024). Pengaruh Literasi Keuangan, Pendapatan Dan Pengendalian Diri Terhadap Perilaku Konsumtif (Survei Pada Ibu Rumah Tangga di Desa Sindangsari, Kec. Sindangagung) (*Doctoral dissertation, Universitas Kuningan*).

Mauludiyah, R., & Darminto, E. (2020). Pengaruh kontrol diri pada tingkat kecanduan bermain game online peserta didik Smp Negeri 1 tulangan sidoarjo. *Jurnal BK UNESA*, 11(4).

Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40. <https://doi.org/10.23916/08430011>

Putri, S. M., Mahardayani, I. H., & Ahyani, L. N. (2022). Perilaku Konsumtif Produk Fashion Ditinjau dari Gaya Hidup Hedonis dan Kepribadian Ekstrovert pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 7(1), 120. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v7i1.7664>

Sari, R. A. (2019). Pengaruh gaya hidup brand minded dan kontrol diri terhadap perilaku konsumtif pada dewasa awal. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 37-46. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i1.4704>

Sari, R. P., Surahman, A., & Nabila, A. A. R. (2019). Pengaruh Bauran Pemasaran Terhadap Perpindahan Merek Pelanggan Restoran Cepat Saji di Karawang Menggunakan Metode Markov Chains dan Game Theory. *JIEMS (Journal of Industrial Engineering and Management Systems)*, 12(1). <http://dx.doi.org/10.30813/jiems.v12i1.1532>

Siregar, N. S. (2021). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Konsumtif Pakaian Bermerek Pada Mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area (*Doctoral dissertation, Universitas Medan Area*).

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabet

Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D Cetakan ke- 3*. Bandung: Alfabeta

Sumantri, P. M., & Kurniawati, M. (2023). Pengaruh gaya hidup hedonis terhadap perilaku konsumtif produk fashion pada individu dewasa awal. *PSIKOLOGI KONSELING*, 15(2), 222-230.
<https://doi.org/10.24114/konseling.v15i2.55132>

Ulfairah, N. A. (2021). Hubungan gaya hidup hedonis dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa di kecamatan sutera. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 5463-5475. <https://doi.org/10.31004/jptam.v5i2.1855>