



Pengaruh Gaya Hidup Frugal Living dan Sikap Keuangan terhadap Financial Freedom melalui Kontrol Diri sebagai Variabel Moderasi

Fakhirah Husain, Muhammad Yasir, Nur Fadilah, Fakhira Azzahra
Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Makassar
muhammadyasir1305@gmail.com, ilaayaa004@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh gaya hidup frugal living dan sikap keuangan terhadap financial freedom dengan kontrol diri sebagai variabel moderasi pada mahasiswa penerima KIP Kuliah Universitas Negeri Makassar. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dan verifikatif dengan pengumpulan data melalui kuesioner. Sampel penelitian berjumlah 62 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Analisis data dilakukan melalui path analysis dengan bantuan SmartPLS 4 untuk menguji pengaruh langsung serta efek moderasi antarvariabel. Hasil pengujian menunjukkan bahwa gaya hidup frugal living memiliki arah pengaruh positif terhadap financial freedom, tetapi tidak signifikan secara statistik. Sikap keuangan juga menunjukkan arah pengaruh positif, namun belum mencapai tingkat signifikansi yang ditetapkan. Kontrol diri memperkuat hubungan gaya hidup frugal living terhadap financial freedom, tetapi efek moderasinya tidak signifikan. Sementara itu, kontrol diri tidak mampu memperkuat hubungan sikap keuangan terhadap financial freedom dan menunjukkan arah koefisien negatif. Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku hidup hemat, sikap keuangan yang positif, dan kemampuan mengendalikan dorongan konsumtif belum cukup untuk menghasilkan kebebasan finansial apabila tidak didukung oleh literasi keuangan, kapasitas pendapatan, pengelolaan pengeluaran, kebiasaan menabung, dan kemampuan investasi yang berkelanjutan. Penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi perguruan tinggi dan pemerintah dalam merancang edukasi keuangan yang lebih aplikatif, kontekstual, dan terintegrasi bagi mahasiswa penerima KIP Kuliah.

Kata kunci: Frugal Living, Sikap Keuangan, Kontrol Diri, Financial Freedom, Mahasiswa KIP Kuliah.

1. Latar Belakang

Perkembangan ekonomi modern yang semakin kompleks menuntut individu untuk mampu mengelola keuangannya secara bijak dan berkelanjutan. Di tengah meningkatnya biaya hidup, tekanan sosial, serta dorongan konsumsi yang tinggi akibat pengaruh media digital dan gaya hidup hedonistik, muncul kesadaran baru akan pentingnya hidup hemat dan efisien. Fenomena ini dikenal dengan istilah frugal living, yaitu gaya hidup yang menekankan pengendalian pengeluaran, pemanfaatan sumber daya secara optimal, serta prioritas terhadap kebutuhan daripada keinginan. Gaya hidup ini tidak semata berkaitan dengan tindakan menghemat uang, tetapi juga mencerminkan sikap sadar dan bertanggung jawab terhadap pengelolaan finansial pribadi. Dalam konteks masyarakat modern, frugal living menjadi salah satu strategi penting dalam mencapai financial freedom atau kebebasan finansial, yaitu kondisi ketika individu memiliki kemampuan untuk memenuhi kebutuhan hidup tanpa ketergantungan pada pendapatan aktif [9], [11].

Kebebasan finansial telah menjadi tujuan banyak individu, terutama generasi muda yang mulai menyadari pentingnya stabilitas ekonomi jangka panjang. Namun, untuk mencapai financial freedom dibutuhkan lebih dari sekadar penghasilan yang tinggi. Diperlukan sikap keuangan yang positif, seperti kebiasaan menabung, perencanaan anggaran, serta pengendalian konsumsi yang rasional. Sikap keuangan mencerminkan cara individu memandang, merespons, dan mengambil keputusan terkait uang. Sikap yang baik terhadap keuangan biasanya tercermin dari perilaku pengelolaan dana yang bijak dan konsisten. Sebaliknya, sikap yang buruk dapat memicu perilaku konsumtif dan menimbulkan masalah finansial di masa depan. Oleh karena itu, sikap keuangan berperan penting sebagai faktor psikologis yang memengaruhi kesejahteraan finansial seseorang [1], [7], [8].

Dalam hubungan antara gaya hidup dan kebebasan finansial, kontrol diri (self-control) memegang peranan yang tidak kalah signifikan. Kontrol diri menggambarkan kemampuan seseorang dalam menahan dorongan sesaat, menunda kepuasan, dan mengarahkan perilaku keuangan sesuai dengan tujuan jangka panjang. Individu dengan

tingkat kontrol diri yang baik cenderung mampu menjalankan prinsip frugal living dengan lebih konsisten, menolak perilaku konsumtif, serta membuat keputusan finansial yang lebih rasional. Sebaliknya, rendahnya kontrol diri sering kali dikaitkan dengan pemborosan, hutang konsumtif, dan kesulitan mencapai stabilitas finansial. Dengan demikian, kontrol diri dapat berperan sebagai variabel moderasi yang memperkuat atau melemahkan pengaruh gaya hidup dan sikap keuangan terhadap financial freedom [2], [4], [5], [10], [14], [16].

Fenomena frugal living semakin populer di Indonesia, khususnya di kalangan generasi muda pasca pandemi COVID-19. Krisis ekonomi dan meningkatnya ketidakpastian pekerjaan mendorong individu untuk lebih berhati-hati dalam pengelolaan finansial. Media sosial juga berperan besar dalam menyebarkan kesadaran akan pentingnya hidup hemat, sederhana, dan terencana. Namun demikian, masih banyak individu yang belum mampu menerapkan gaya hidup tersebut secara konsisten karena kurangnya kontrol diri dan lemahnya sikap keuangan. Kondisi ini memperlihatkan bahwa meskipun kesadaran finansial meningkat, perilaku aktual masyarakat dalam mengelola keuangan masih perlu ditingkatkan [3], [5].

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh gaya hidup frugal living dan sikap keuangan terhadap *financial freedom*, dengan kontrol diri sebagai variabel moderasi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam memperkaya kajian perilaku keuangan individu serta memberikan manfaat praktis bagi masyarakat dalam membangun kebiasaan keuangan yang sehat. Dengan memahami hubungan antara gaya hidup, sikap keuangan, dan kontrol diri, diharapkan individu dapat mengembangkan strategi personal yang lebih efektif untuk mencapai kebebasan finansial secara berkelanjutan.

Theory of Planned Behavior

Theory of Planned Behavior menjelaskan bahwa perilaku individu didorong oleh niat yang terbentuk dari sikap terhadap perilaku, norma subjektif, dan kontrol perilaku yang dirasakan. Ini adalah perluasan dari Theory of Reasoned Action dengan penambahan persepsi kemudahan atau kesulitan melakukan perilaku tertentu. Dalam penelitian keuangan, Theory of Planned Behavior digunakan untuk memahami bagaimana sikap dan persepsi kontrol mempengaruhi keputusan keuangan individu [19].

Behavioral Finance Theory

Behavioral Finance mempelajari pengaruh faktor psikologis pada proses pengambilan keputusan keuangan individu. Teori ini menyoroti bias kognitif dan emosional yang menyebabkan perilaku pasar yang tidak rasional, berbeda dari teori keuangan klasik. Contohnya meliputi framing effect, loss aversion, dan herd behavior. Teori ini penting untuk memahami bagaimana sikap keuangan terbentuk dan mempengaruhi persepsi serta keputusan finansial [11], [18].

Self-Control Theory

Self-Control Theory menjelaskan kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan jangka pendek demi manfaat jangka panjang. Individu dengan kontrol diri tinggi cenderung membuat keputusan keuangan yang lebih baik karena mampu menahan godaan pengeluaran impulsif dan fokus pada tujuan keuangan jangka panjang. Teori ini berasal dari kajian kriminologi yang memandang rendahnya kontrol diri sebagai penyebab perilaku impulsif [14], [16].

Financial Self-Control Model

Model ini mengintegrasikan konsep pengendalian diri dalam konteks keuangan, menghubungkan literasi keuangan dan kemampuan kontrol diri dengan kesejahteraan finansial. Model ini menekankan bagaimana individu yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi dapat mengatur keuangan lebih efektif melalui perilaku keuangan yang terencana seperti menabung dan investasi. Kontrol diri menjadi variabel moderasi yang memperkuat pengaruh sikap keuangan terhadap persepsi kebebasan finansial [15].

Pengaruh Frugal Living Lifestyle terhadap Persepsi Financial Freedom

Frugal Living Lifestyle merujuk pada pola hidup yang menekankan pengelolaan pengeluaran secara bijaksana dan hemat tanpa konsumsi yang berlebihan, sehingga individu dapat memaksimalkan penggunaan pendapatan untuk tujuan keuangan jangka panjang. Gaya hidup ini dianggap mampu membantu individu menghindari utang

konsumtif dan meningkatkan tabungan serta investasi, yang pada akhirnya meningkatkan persepsi terhadap kebebasan finansial atau financial freedom [9], [13].

Penelitian kuantitatif menunjukkan bahwa gaya hidup frugal living memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap pengambilan keputusan finansial yang berkaitan dengan pencapaian financial freedom. Misalnya, studi dari Mulyana, Sihabuddin, & Fauji (2025) pada generasi milenial menemukan korelasi positif antara gaya hidup frugal living dengan pengambilan keputusan financial freedom. Individu yang menjalani gaya hidup hemat cenderung lebih mampu menabung dan berinvestasi sehingga merasa lebih bebas secara finansial [13].

H1 = Gaya hidup *frugal living* memiliki pengaruh positif signifikan terhadap persepsi *financial freedom*

Pengaruh Sikap Keuangan terhadap Persepsi *Financial Freedom*

Sikap keuangan menjadi faktor penting yang menentukan bagaimana seseorang mengelola sumber daya finansialnya secara efektif. Individu dengan sikap keuangan yang positif cenderung memiliki pandangan rasional terhadap uang, mampu merencanakan pengeluaran, serta lebih disiplin dalam menabung dan berinvestasi. Menurut Theory of Planned Behavior (Ajzen, 1991), sikap positif terhadap perilaku keuangan akan membentuk niat dan tindakan finansial yang lebih baik [1], [11], [19].

Sikap keuangan berpengaruh signifikan terhadap pengelolaan keuangan. Sikap keuangan yang baik diartikan sebagai keadaan pikiran, pendapat, dan penilaian positif terhadap uang, yang meliputi sikap terhadap tabungan, investasi, pengeluaran, dan pengelolaan risiko keuangan. Semakin positif sikap keuangan seseorang, semakin bijaksana dan efektif perilaku pengelolaan keuangannya, seperti memilah keinginan dan kebutuhan, mengatur pengeluaran, serta menyisihkan pendapatan untuk tabungan dan investasi [7], [8], [12].

Penelitian menunjukkan hubungan positif antara sikap keuangan dan perilaku pengelolaan keuangan yang baik. Individu dengan sikap keuangan yang positif biasanya memiliki manajemen keuangan yang baik, mampu mengendalikan situasi keuangan, dan menyeimbangkan pemasukan dan pengeluaran sehingga mencapai tujuan finansial, termasuk peningkatan persepsi kebebasan finansial [7], [8].

H2 = Sikap Keuangan memiliki pengaruh positif signifikan terhadap persepsi *financial freedom*

Pengaruh *Frugal Living Lifestyle* terhadap Persepsi *Financial Freedom* di moderasi oleh Kontrol Diri

Kontrol diri berperan penting sebagai faktor moderasi yang memperkuat pengaruh gaya hidup hemat terhadap persepsi kebebasan finansial. Individu yang memiliki tingkat kontrol diri tinggi lebih mampu menahan dorongan konsumtif, konsisten menjalankan prinsip hidup hemat, serta mencapai tujuan keuangan jangka panjang. Sebaliknya, jika kontrol diri rendah, maka gaya hidup hemat yang dijalankan cenderung tidak konsisten sehingga dampaknya terhadap persepsi kebebasan finansial menjadi lemah [6], [10], [14], [16].

Kontrol diri berperan sebagai variabel moderasi yang kuat dalam hubungan antara frugal living lifestyle dan persepsi financial freedom. Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan dan perilaku konsumtif yang tidak perlu, menjaga disiplin dalam mengelola keuangan, serta konsisten menjalankan pola hidup hemat. Individu dengan tingkat kontrol diri yang tinggi cenderung lebih mampu menegakkan nilai frugal living dalam kehidupan sehari-hari, sehingga efek positif frugal living terhadap persepsi financial freedom menjadi lebih kuat dan signifikan [6], [14].

H3 = Kontrol diri memoderasi secara positif dan signifikan pengaruh *frugal living lifestyle* terhadap persepsi *financial freedom*.

Pengaruh Sikap Keuangan terhadap Persepsi *Financial Freedom* di moderasi oleh Kontrol Diri

Sikap keuangan positif, seperti kedisiplinan, perencanaan, dan pemahaman terhadap pengelolaan uang, mendukung perilaku keuangan yang sehat sehingga meningkatkan persepsi kebebasan finansial. Namun, pengaruh sikap keuangan ini tidak selalu langsung atau mutlak, karena faktor lain seperti kontrol diri dapat memoderasi hubungan tersebut [6], [15].

Penelitian pada generasi Z di Bandar Lampung menunjukkan bahwa kombinasi sikap keuangan yang positif dan tingkat kontrol diri yang tinggi berkontribusi signifikan dalam meningkatkan persepsi dan pencapaian finansial

freedom. Kontrol diri memungkinkan individu untuk mengelola keuangan mereka lebih baik, sehingga sikap keuangan yang positif dapat terealisasi menjadi kebiasaan dan keputusan finansial yang mendukung kebebasan finansial secara optimal [2], [6].

H4 = Kontrol diri memoderasi secara positif dan signifikan pengaruh Sikap Keuangan terhadap persepsi financial freedom.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif deskriptif dan verifikatif, di mana data yang dikumpulkan berbentuk angka. Populasi yang ditetapkan sebagai subjek penelitian ini adalah Mahasiswa KIP Kuliah di Universitas Negeri Makassar. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini. Metode ini menerapkan teknik non-probability sampling, dimana tidak setiap individu pada populasi memiliki peluang yang setara dalam menjadi bagian dari sampel.

Teknik sampel yang digunakan adalah simple random sampling. Menurut Sugiyono (2001:57) dalam Hidayat (2018) teknik simple random sampling adalah teknik pengambilan sampel dari anggota populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Pengambilan sampel dilakukan melalui penyebaran kuesioner yang sebarakan kepada target penelitian. Dalam penelitian ini, terdapat 62 mahasiswa yang menjadi sampel penelitian [20].

Analisis data yang sering dipakai meliputi regresi linear berganda atau analisis jalur (path analysis) dengan bantuan perangkat lunak statistik seperti Smart PLS 4. Penelitian ini melibatkan empat variabel utama, yang terdiri atas dua variabel bebas (independent variables), yaitu Gaya Hidup Frugal Living (X_1) dan Sikap Keuangan (X_2), satu variabel terikat (dependent variable), yakni Persepsi Financial Freedom (Y) serta satu variabel moderasi yaitu Kontrol diri (M). Hubungan antarvariabel dianalisis untuk mengidentifikasi pengaruh signifikan yang mungkin terjadi dalam konteks Mahasiswa KIP Kuliah sebagai populasi sasaran.

Dalam metode ini, variabel gaya hidup frugal dan sikap keuangan diukur melalui instrumen kuesioner yang valid dan reliabel, sementara variabel financial freedom diukur berdasarkan persepsi atau indikator capaian kebebasan finansial. Kontrol diri berperan sebagai variabel moderasi, diuji untuk melihat pengaruh penguat atau pelemah hubungan antara gaya hidup hemat dan sikap keuangan terhadap financial freedom. Teknik analisis moderasi digunakan dalam regresi untuk mengetahui peran variabel kontrol diri dalam mempengaruhi hubungan antar variabel utama.

3. Hasil dan Diskusi

3.1 Uji Validitas

Tabel 1. Hasil Uji Validitas

Variabel	Loading Factor	Keterangan
X1 = Gaya Hidup Frugal Living		
X1.1	0,851	Valid
X1.2	0,807	Valid
X1.3	0,717	Valid
X1.4	0,783	Valid
X2 = Sikap Keuangan		
X2.1	0,833	Valid
X2.2	0,856	Valid
X2.3	0,808	Valid
X2.4	0,763	Valid
M = Kontrol Diri		

Variabel	Loading Factor	Keterangan
M1	0,747	Valid
M2	0,857	Valid
M3	0,785	Valid
M4	0,771	Valid
<i>Y = Financial Freedom</i>		
Y1	0,774	Valid
Y2	0,712	Valid
Y3	0,839	Valid
Y4	0,777	Valid
Y5	0,821	Valid
Y6	0,770	Valid
Y7	0,826	Valid

Sumber: Data Hasil Olahan. (2025)

Hasil uji validitas konvergen menunjukkan bahwa muatan faktor semua indikator untuk variabel "gaya hidup *Frugal Living*" (X1), "sikap keuangan" (X2), "kontrol diri" (M), dan "*Financial Freedom*" (Y) berada di atas 0,70. Hal ini menunjukkan bahwa setiap indikator secara memadai dan konsisten merepresentasikan konstruk latennya masing-masing. Muatan faktor tertinggi ditemukan pada indikator X2,2 (0,856), yang menunjukkan kontribusinya yang signifikan dalam menjelaskan variabel "sikap keuangan". Nilai terendah ditemukan pada indikator Y2 (0,712), yang meskipun merupakan nilai terendah dari indikator lainnya, tetap memenuhi kriteria validitas konvergen.

Kesimpulannya bahwa semua item yang digunakan dalam penelitian ini memenuhi kriteria validitas konvergen, sehingga instrumen ini layak untuk tahap analisis selanjutnya. Muatan faktor yang tinggi menegaskan korelasi yang kuat antara setiap indikator dengan variabel latennya dan menunjukkan konsistensi serta reliabilitas konstruk untuk mengukur dimensi konseptual gaya hidup hemat, sikap keuangan, pengendalian diri, dan kemandirian keuangan.

3.2 Uji Reliabilitas

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
X1 = Gaya Hidup Frugal Living	0,800	Reliabel
X2 = Sikap Keuangan	0,834	Reliabel
M = Kontrol Diri	0,843	Reliabel
Y = Persepsi Financial Freedom	0,899	Reliabel

Sumber: Data Hasil Olahan. (2025)

Berdasarkan hasil uji reliabilitas menggunakan alfa Cronbach, semua variabel dalam penelitian ini reliabel, dan koefisien alfa masing-masing variabel lebih besar dari 0,70. Secara spesifik, koefisien alfa untuk variabel "Gaya Hidup *Frugal Living*" (X1) adalah 0,800, "Sikap Finansial" (X2) 0,834, "Kontrol Diri" (M) 0,843, dan "*Financial Freedom*" (Y) 0,899. Dengan demikian, instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dapat dikatakan valid.

3.3 Uji Hipotesis

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis

	Path Koefisien	T Statistics	P Values	F-Square
Gaya Hidup <i>Frugal Living</i> -> <i>Financial Freedom</i>	0,165	1,287	0,199	0,036
Sikap Keuangan -> <i>Financial Freedom</i>	0,343	1,780	0,076	0,088
Gaya Hidup <i>Frugal Living</i> -> <i>Financial Freedom</i> (Moderasi Kontrol Diri)	0,276	1,773	0,077	0,088
Sikap Keuangan -> <i>Financial Freedom</i> (Moderasi Kontrol Diri)	-0,157	1,036	0,301	0,037

Sumber: Data Hasil Olahan. (2025)

Nilai path coefficient sebesar 0,165 dengan T-Statistics 1,287 dan P-Values 0,199 menunjukkan bahwa pengaruh Gaya Hidup *Frugal Living* terhadap *Financial Freedom* tidak signifikan pada taraf signifikansi 0,05. Meskipun arah pengaruhnya positif, kontribusinya masih kecil dengan nilai F-Square 0,036 yang tergolong efek lemah (*small effect*). Artinya, H1 = Gaya hidup *frugal living* memiliki pengaruh positif signifikan terhadap persepsi *financial freedom* di tolak.

Hasil menunjukkan *path coefficient* 0,343, *T-Statistics* 1,780, dan *P-Values* 0,076, yang berarti pengaruh Sikap Keuangan terhadap *Financial Freedom* mendekati signifikan secara positif. Nilai *F-Square* 0,088 termasuk dalam kategori efek sedang (*medium effect*), menandakan bahwa sikap keuangan memiliki peran cukup penting dalam membentuk kebebasan finansial. Artinya H2 = Sikap Keuangan memiliki pengaruh positif signifikan terhadap persepsi *financial freedom* di tolak.

Hasil menunjukkan koefisien sebesar 0,276, *T-Statistics* 1,773, dan *P-Values* 0,077 menunjukkan bahwa Kontrol Diri berperan memperkuat pengaruh Gaya Hidup *Frugal Living* terhadap *Financial Freedom*, meskipun belum signifikan secara statistik. Dengan nilai *F-Square* 0,088 (efek sedang). Artinya H3 = Kontrol diri memoderasi secara positif dan signifikan pengaruh Gaya Hidup *frugal living* terhadap persepsi *financial freedom* di tolak.

Hasil menunjukkan Nilai koefisien -0,157, *T-Statistics* 1,036, dan *P-Values* 0,301 menunjukkan bahwa Kontrol Diri tidak memoderasi secara signifikan hubungan antara Sikap Keuangan dan *Financial Freedom*. Bahkan arah koefisien negatif menunjukkan bahwa ketika kontrol diri meningkat, pengaruh sikap keuangan terhadap kebebasan finansial justru sedikit melemah. Nilai *F-Square* 0,037 menunjukkan efek yang kecil (*small effect*). Artinya H4 = Kontrol diri memoderasi secara positif dan signifikan pengaruh Sikap Keuangan terhadap persepsi *financial freedom* di tolak.

Pembahasan

Pengaruh Gaya Hidup *Frugal Living* terhadap *Financial Freedom*

Gaya hidup *frugal living* tidak menunjukkan pengaruh signifikan terhadap persepsi kebebasan finansial mengindikasikan bahwa sekadar mengadopsi pola hidup hemat tidak otomatis diterjemahkan menjadi perasaan atau kondisi kebebasan finansial. Secara teoretis, *Frugal Living* berfokus pada pengurangan pengeluaran dan prioritas alokasi sumber daya, tetapi kebebasan finansial juga dipengaruhi oleh kapasitas pendapatan, aset/investasi, dan manajemen risiko; dengan kata lain, perilaku konsumtif yang dikurangi perlu diiringi oleh strategi akumulasi aset dan perencanaan keuangan untuk menghasilkan efek pada kebebasan finansial. Dalam konteks ini, literatur menunjukkan bahwa *frugal living* dapat menurunkan risiko *over-indebtedness* dan memperbaiki manajemen rumah tangga, namun efeknya terhadap kesejahteraan atau kebebasan finansial bergantung pada kondisi struktural lain (mis. literasi keuangan, akses produk keuangan, stabilitas pendapatan). Oleh karena itu, interpretasi praktisnya adalah bahwa intervensi yang hanya mendorong *Frugal Living* tanpa meningkatkan kemampuan menabung, investasi, dan pengelolaan pendapatan kemungkinan besar tidak cukup untuk meningkatkan persepsi *financial freedom* [14], [17], [18].

Pengaruh Sikap Keuangan terhadap *Financial Freedom*

Hasil yang menolak hipotesis pengaruh sikap keuangan menandakan bahwa memiliki sikap atau disposisi positif terhadap uang (mis. kecenderungan menabung, menilai pentingnya perencanaan) saja belum cukup untuk mendorong perasaan bebas secara finansial. Literatur tentang financial attitude menggarisbawahi bahwa sikap merupakan pra-kondisi penting untuk perilaku finansial tetapi efeknya sering bermediasi oleh faktor lain seperti pengetahuan finansial, praktik konkret (saving, dan budgeting), dan konteks ekonomi. Dengan kata lain, sikap yang baik perlu diterjemahkan ke dalam tindakan (behavioral implementation) supaya berdampak pada kesejahteraan finansial. Implikasi kebijakan: program pendidikan finansial yang hanya mengubah sikap tanpa memberikan keterampilan praktis atau akses pada instrumen keuangan kemungkinan tidak akan meningkatkan financial freedom [8], [15], [18].

Peran Kontrol Diri dalam Memoderasi Pengaruh Gaya Hidup *Frugal Living* terhadap *Financial Freedom*

Meskipun bukti empiris sering menunjukkan bahwa kontrol diri memfasilitasi penerapan kebiasaan hemat, hasil penelitian ini yang menolak hipotesis moderasi berarti kontrol diri dalam sampel tersebut tidak menegaskan perubahan yang bermakna pada efek frugal Living menuju persepsi kebebasan finansial. Secara teoritis, kontrol diri dipandang sebagai kapasitas untuk menunda kepuasan dan konsisten pada rencana keuangan sehingga seharusnya memperkuat manfaat frugal living; namun, bila kontrol diri tidak diikuti oleh kesempatan investasi, peningkatan pendapatan, atau akses produk keuangan yang memadai, kemampuan menahan diri saja tidak cukup mengubah status finansial objektif maupun subjektif. Dengan kata lain, kontrol diri merupakan sumber daya psikologis penting tetapi bersifat necessary-but-not-sufficient; manfaatnya akan maksimal saat dipasangkan dengan kemampuan struktural untuk mengalokasikan surplus menjadi instrumen akumulasi kekayaan. Implikasi praktis: intervensi yang menanamkan self-control perlu dipadukan dengan fasilitasi produk menabung/investasi dan kebijakan peningkatan pendapatan agar berkontribusi pada financial freedom [14]–[16].

Peran Kontrol Diri dalam Memoderasi Pengaruh Gaya Hidup Sikap Keuangan terhadap *Financial Freedom*

Penolakan hipotesis moderasi pada hubungan sikap keuangan menunjukkan bahwa kontrol diri tidak memperkuat pengaruh sikap terhadap persepsi kebebasan finansial dalam sampel; beberapa studi bahkan menemukan bahwa kontrol diri dapat mengubah arah atau meredam pengaruh sikap keuangan terhadap perilaku finansial dalam kondisi tertentu. Secara konseptual, seseorang bisa memiliki sikap finansial yang baik namun bila kontrol diri rendah atau bila lingkungan mendorong perilaku konsumtif (tekanan sosial, akses kredit mudah), sikap tersebut sulit diimplementasikan sehingga dampak pada kebebasan finansial melemah. Hasil ini menggarisbawahi pentingnya mempertimbangkan interaksi antara faktor psikologis (sikap, kontrol diri) dan konteks sosial-ekonomi (insentif, norma konsumsi, akses ke instrumen keuangan [6], [15].

4. Kesimpulan

Gaya Hidup *Frugal Living* dan Sikap Keuangan memiliki arah pengaruh positif terhadap *Financial Freedom*, namun keduanya belum menunjukkan pengaruh yang signifikan secara statistik, baik secara langsung maupun ketika dimoderasi oleh Kontrol Diri. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku hidup hemat dan sikap keuangan yang baik belum cukup untuk menciptakan kebebasan finansial tanpa didukung faktor lain seperti literasi keuangan, kapasitas pendapatan, perilaku menabung, serta kemampuan investasi yang berkelanjutan. Sementara itu, Kontrol Diri meskipun berperan penting dalam membantu individu menahan dorongan konsumtif, tidak cukup kuat untuk memperkuat hubungan antara gaya hidup dan sikap keuangan terhadap kebebasan finansial. Dengan demikian, pencapaian financial freedom tidak hanya bergantung pada faktor psikologis dan perilaku individu, tetapi juga memerlukan dukungan struktural berupa edukasi finansial, akses terhadap instrumen keuangan, serta kondisi ekonomi yang stabil dan produktif.

Referensi

- [1] A. D. Nurisaputri, M. A. Fikri, E. S. Windikasari, and M. G. W. Wardana, "Financial management behavior: The role of financial knowledge, financial attitude, and personality," *Kompartemen: Jurnal Ilmiah Akuntansi*, vol. 22, no. 2, pp. 95–108, 2022, doi: 10.30595/kompartemen.v22i2.21988.
- [2] A. R. P., Antong, and Sultan, "Pengaruh financial anxiety, literasi keuangan dan self-control terhadap pengambilan keputusan keuangan," *Kompak: Jurnal Ilmiah Komputerisasi Akuntansi*, vol. 18, no. 1, pp. 334–342, 2025, doi: 10.51903/24cv4196.
- [3] A. M. Khasanah, M. Khafid, and J. T. B. Santoso, "The impact of financial literacy, emotional intelligence, and peer conformity through money attitudes on consumptive behavior," *Journal of Economic Education*, vol. 11, no. 1, 2022, doi: 10.15294/jeec.v11i1.68622.

- [4] D. F. Sari and N. I. Wulandari, "Financial literacy, kontrol diri, gaya hidup materialistis terhadap personal financial management," *Juremi: Jurnal Riset Ekonomi*, vol. 3, no. 1, pp. 131–140, 2023, doi: 10.53625/juremi.v3i1.6158.
- [5] F. Hidayanti, N. Tubastuvi, W. Purwidiyanti, and H. Endratno, "The influence of financial literacy, lifestyle, self-control, and peer conformity on student's consumptive behavior," *International Journal of Economics, Business and Accounting Research*, vol. 7, no. 1, 2021, doi: 10.29040/ijebar.v7i1.7887.
- [6] M. Ardiana, R. Agustina, and D. Pertiwi, "The role of self control as a moderating variable on the effect of financial inclusion on financial behavior," *Jurnal Economic Resource*, vol. 7, no. 1, 2025, doi: 10.57178/jer.v7i1.752.
- [7] N. R. Isnaini, U. Widyastuti, and M. E. S. Siregar, "Pengaruh financial socialization dan financial attitude terhadap financial satisfaction melalui financial behavior mahasiswa rantau di Pulau Jawa," *Inisiatif: Jurnal Ekonomi, Akuntansi dan Manajemen*, vol. 4, no. 2, 2024, doi: 10.30640/inisiatif.v4i2.3830.
- [8] S. Salwalika and M. A. Fikri, "Financial attitude dan financial well-being: Peran mediasi financial behavior," *Value: Jurnal Manajemen dan Akuntansi*, vol. 20, no. 1, 2024, doi: 10.32534/jv.v20i1.6903.
- [9] S. Mutmainah and M. R. Romadhon, "Frugal living sebagai solusi dalam mengatasi pinjaman online akibat gaya hidup konsumtif," *Ekonosfera: Jurnal Ekonomi, Akuntansi, Manajemen, Bisnis dan Teknik Global*, vol. 1, no. 3, 2023, doi: 10.63142/ekonosfera.v1i3.358.
- [10] T. S. W. Khan, M. U. K. Yewang, and A. P. Loe, "Pengaruh literasi keuangan dan pengendalian diri (self control) terhadap perilaku menabung mahasiswa Pendidikan Ekonomi FKIP Universitas Nusa Cendana," *Journal Economic Education, Business and Accounting*, vol. 4, no. 2, 2024, doi: 10.35508/jeeba.v4i2.22061.
- [11] A. Widyakto, Z. W. Liyana, and T. Rinawati, "The influence of financial literacy, financial attitudes, and lifestyle on financial behavior," *Diponegoro International Journal of Business*, vol. 5, no. 1, pp. 33–46, 2022, doi: 10.14710/dijb.5.1.2022.33-46.
- [12] Y. Yahya, D. Saputera, T. Hidayat, and R. Nurjanah, "Financial attitude as a mediating variable for financial inclusion and financial literacy on the financial performance of MSMEs," *Accounting and Financial Review*, vol. 7, no. 2, 2023, doi: 10.26905/afr.v7i2.12685.
- [13] A. Mulyana, Sihabudin, and R. Fauji, "Pengaruh gaya hidup frugal living, pendapatan dan keputusan investasi terhadap pengambilan keputusan financial freedom generasi milenial," *Management Studies and Entrepreneurship Journal*, vol. 6, no. 2, pp. 3910–3923, 2025.
- [14] W. F. van Raaij, L. Riitsalu, and K. Pöder, "Direct and indirect effects of self-control and future time perspective on financial well-being," *Journal of Economic Psychology*, vol. 99, Art. no. 102667, 2023, doi: 10.1016/j.joep.2023.102667.
- [15] S. E. Dare, W. W. van Dijk, E. van Dijk, L. F. van Dillen, M. Gallucci, and O. Simonse, "How executive functioning and financial self-efficacy predict subjective financial well-being via positive financial behaviors," *Journal of Family and Economic Issues*, vol. 44, pp. 232–248, 2023, doi: 10.1007/s10834-022-09845-0.
- [16] D. Boto-García, A. Bucciol, and M. Manfrè, "The role of financial socialization and self-control on saving habits," *Journal of Behavioral and Experimental Economics*, vol. 100, Art. no. 101903, 2022, doi: 10.1016/j.jsocec.2022.101903.
- [17] P. Kumar, R. Pillai, N. Kumar, and M. I. Tabash, "The interplay of skills, digital financial literacy, capability, and autonomy in financial decision making and well-being," *Borsa Istanbul Review*, vol. 23, no. 1, pp. 169–183, 2023, doi: 10.1016/j.bir.2022.09.012.
- [18] K. Rehman and M. A. Mia, "Determinants of financial literacy: A systematic review and future research directions," *Future Business Journal*, vol. 10, Art. no. 75, 2024, doi: 10.1186/s43093-024-00365-x.
- [19] I. Ajzen, "The theory of planned behavior," *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, vol. 50, no. 2, pp. 179–211, 1991, doi: 10.1016/0749-5978(91)90020-T.
- [20] Sugiyono, *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung, Indonesia: Alfabeta, 2001.