

**GAMBARAN *FRUGAL LIVING* PADA MAHASISWA DI DESA
SUKOREJO WEDI KLATEN**

SKRIPSI



Disusun Oleh:

Andi Setyabudi

2061100023

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS WIDYA DHARMA KLATEN**

2024

**GAMBARAN *FRUGAL LIVING* PADA MAHASISWA DI DESA
SUKOREJO WEDI KLATEN**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten**



Disusun Oleh:

Andi Setyabudi

2061100023

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS WIDYA DHARMA KLATEN**

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

GAMBARAN *FRUGAL LIVING* PADA MAHASISWA DI DESA SUKOREJO WEDI KLATEN

Diajukan Oleh:

ANDI SETYABUDI

2061100023

Skripsi ini telah disetujui oleh Dosen Pembimbing Penulisan
Skripsi untuk mengikuti Sidang Skripsi Fakultas Ekonomi dan
Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten pada :

Hari : Selasa

Tanggal : 02 Juli 2024

Pembimbing I



Dra. Dwi Wahyuni U, S.Psi., M.Phil
NIDN. 0024026701

Pembimbing II



Hartanto, S.Psi., M.A
NIDN. 0626078604

Mengetahui,
Kepala Program Studi Psikologi



Hartanto, S.Psi., M.A
NIDN. 0626078604

HALAMAN PENGESAHAN

**GAMBARAN *FRUGAL LIVING* PADA MAHASISWA
DI DESA SUKOREJO WEDI KLATEN**

Diajukan Oleh:
ANDI SETYABUDI
2061100023

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji pada hari senin, tanggal
08, bulan Juli, tahun 2024 dengan susunan Dewan Penguji

Ketua



Winarno Heru M, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIDN. 0605127802

Sekretaris



Yulinda Erma Suryani, S.Pd., M.Si
NIDN. 0624127701

Penguji Utama



Dra. Dwi Wahyuni U, S.Psi., M.Phil
NIDN. 0024026701

Penguji Pendamping



Hartanto, S.Psi., M.A
NIDN. 0626078604

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ekonomi dan Psikologi



Dr. Arif Jullianto S.N, S.E., M.Si
NIDN. 0610077201

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa apa yang saya tulis dalam karya ilmiah atau skripsi ini adalah benar adanya dan merupakan hasil karya saya sendiri. Segala kutipan karya pihak lain telah saya tulis dengan menyebutkan sumbernya. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka saya rela gelar keserjanaan saya dicabut.

Klaten, 13 Juni 2024

Penulis



Andi Setyabudi
NIM. 2061100023

HALAMAN MOTTO

“Fatum brutum amor fati”

(Cintai takdirmu, meskipun takdir itu kejam)

Friedrich W. Nietzsche

“Hantaman angin hanya untuk menguji kuatnya akar. Tidak perlu khawatir, sebab

Allah tak pernah bergurau dalam menciptakan takdir”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Rabbil Aalamin, sujud serta syukur kepada Allah SWT. Terima kasih atas karunia-Mu yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik

Halaman persembahan ini juga ditujukan sebagai ungkapa terima kasih kepada kedua orang tua yang telah mendoakan dan memberikan dukungan penuh selama perjuangan menempuk pendidikan.

Skripsi ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri yang telah berjuang dan berusaha selama ini. terima kasih atas kerja kerasnya. Mari tetap berdoa dan berusaha seta jangan menyerah untuk kedepannya.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “GAMBARAN *FRUGAL LIVING* PADA MAHASISWA DI DESA SUKOREJO WEDI KLATEN” ini tepat pada waktunya. Penyusunan skripsi ini ditujukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata 1 Psikologi Fakultas Ekonomi dan Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Karena didalamnya masih terdapat kekurangan-kekurangan. Hal ini dikarenakan keterbatasan yang dimiliki oleh penulis baik dari segi kemampuan, pengetahuan, dan pengalaman penulis. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun agar dalam penyusunan karya tulis selanjutnya dapat menjadi lebih baik.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, diantaranya yaitu kepada :

1. Rektor Universitas Widya Dharma Klaten atas segala kesempatan yang diberikan untuk menimba ilmu di Universitas Widya Dharma Klaten.
2. Dekan Fakultas Ekonomi dan Psikologi, Bapak Dr. Arif Julianto Sri Nugroho, M.si. dan Kepala Program Studi Psikologi Bapak Hartanto S.Psi., M.A. yang

telah memberikan dukungan dan kebijakannya dalam proses perkuliahan hingga penulisan skripsi.

3. Ibu Dra. Dwi Wahyuni Uningowati, S.Psi., M.Phil. Selaku Pembimbing I yang selalu memberikan arahan, motivasi, serta kebaikan yang tiada henti terhadap penulis. Sehingga penulisan ini selesai.
4. Bapak Hartanto S.Psi., M.A, Selaku Pembimbing II yang selalu memberikan arahan dalam menyelesaikan penulisan skripsi.
5. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Psikologi yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama masa studi hingga penulisan skripsi.
6. Kedua orang tua, Bapak dan Ibu tercinta, pahlawan dan panutanku Bapak Bakdiyono, serta pintu surgaku Ibu Damiyati. Penulis menyadari bahwa tiada kata yang mampu sepenuhnya menggambarkan rasa syukur ini. namun, dengan penuh cinta dan ketulusan, izinkan penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pintu surgaku Ibunda Damiyati dan Panutanku Bapak Bakdiyono. Terima kasih atas segalanya, terima kasih atas doa, dukungan dan cinta yang tiada henti-hentinya berikan kepada penulis. Terima kasih telah menjadi orang tua yang supportif. Terima kasih telah berjuang bersama penulis, mengorbankan banyak waktu, tenaga, dan upaya untuk mendukung penulis meraih impian. Terima kasih telah menjadi orang tua yang luar biasa bagi penulis, telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi yang tidak tergantikan bagi penulis. Penulis berharap dengan terselesaikannya penulisan skripsi dapat menjadi bentuk penghormatan dan apresiasi atas segala perjuangan dan kasih sayang yang kalian berikan.

Semoga Allah SWT. senantiasa memberkahi Bapak dan Ibu dengan kesehatan, keberkahan, kebahagiaan dan umur panjang. Semoga segala doa yang telah kalian panjatkan untuk penulis menjadi jembatan menuju kesuksesan dunia dan akhirat, aamiin.

7. Kakak-kakak tersayang, Sulistyawan dan Rhani Dwi Astiana. Terimakasih atas segala doa baiknya dan selalu memberikan semangat sehingga penulisan skripsi berjalan dengan lancar.
8. Nona cantik pemilik NIM. 2061100025 yang telah membersamai penulis dan menjadi support system penulis pada hari-hari yang tidak mudah selama penulisan skripsi. Terima kasih telah menjadi rumah dalam segala hal yang menemani, mendukung, ataupun menghibur dalam kesedihan, mendengar keluh kesah, memberi semangat dan senantiasa memberikan energi positif. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan penulis hingga penulisan skripsi ini. Tetaplah membersamai dan memiliki jalan pemikiran yang tidak dimiliki oleh manusia lain.
9. Teman-teman psikologi angkatan 2020 yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terima kasih telah berjuang bersama selama kuliah.
10. Ketiga partisip, penulis ucapkan banyak terima kasih telah membantu kelancaran penelitian
11. Semua pihak yang telah memberikan doa, dukungan, dan bantuan sehingga penulisan skripsi ini selesai.

12. Terakhir, terima kasih untuk diri sendiri. karena telah mampu berusaha dengan keras dan berjuang sejauh ini. mampu mengatur waktu, tenaga, pikiran, serta mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tidak pernah memutuskan untuk menyerah dalam menyusun penulisan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin. Ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

Klaten 27 Juni 2024

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| HALAMAN SAMPUL | |
| HALAMAN PERSETUJUAN | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN | ii |
| HALAMAN PERNYATAAN..... | iii |
| HALAMAN MOTTO | iv |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | v |
| KATA PENGANTAR..... | vi |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR TABEL | xii |
| DAFTAR GAMBAR..... | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiv |
| ABSTRAK | xv |
| BAB I..... | 1 |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Batasan Masalah | 8 |
| C. Tujuan Penelitian | 8 |
| D. Signifikansi dan Keunikan Penelitian | 9 |
| E. Manfaat Penelitian..... | 9 |
| BAB II..... | 11 |
| A. <i>Frugal living</i> | 11 |
| 1. Definisi <i>Frugal Living</i> | 11 |
| 2. Ciri-ciri <i>Frugal Living</i> | 13 |
| 3. Tujuan <i>Frugal Living</i> | 15 |
| 4. Cara Penerapan <i>Frugal Living</i> | 16 |
| 5. Manfaat <i>Frugal Living</i> | 18 |
| B. Mahasiswa. | 20 |
| 1. Definisi Mahasiswa..... | 20 |
| 2. Ciri-ciri Mahasiswa | 21 |
| 3. Peran Mahasiswa | 22 |
| C. <i>Frugal Living</i> Pada Mahasiswa..... | 23 |
| BAB III..... | 26 |

| | |
|--------------------------------------|----|
| A. Rancangan Penelitian | 26 |
| B. Unit Analisis..... | 27 |
| C. Partisipan Penelitian | 28 |
| D. Teknik Penggalan Data | 29 |
| 1. Observasi..... | 29 |
| 2. Wawancara | 30 |
| 3. Dokumentasi | 31 |
| E. Teknik Analisis Data | 33 |
| F. Kredibilitas Penelitian..... | 34 |
| BAB IV | 37 |
| A. Orientasi Kancah Penelitian. | 37 |
| 1. Persiapan Penelitian..... | 37 |
| 2. Pelaksanaan Penelitian..... | 39 |
| B. Data Partisipan Penelitian | 39 |
| C. Hasil Penelitian..... | 40 |
| 1. Observasi..... | 40 |
| 2. Wawancara Penelitian..... | 44 |
| D. Analisis Data | 66 |
| E. Pembahasan..... | 72 |
| BAB V | 78 |
| A. Kesimpulan..... | 78 |
| B. Saran | 80 |
| DAFTAR PUSTAKA | 81 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|-----|
| Tabel 1. Kesimpulan Hasil Wawancara WW | 62 |
| Tabel 2. Kesimpulan Hasil Wawancara AZ | 63 |
| Tabel 3. Kesimpulan Hasil Wawancara PD | 65 |
| Tabel 4. Verbatim Hasil Wawancara WW | 87 |
| Tabel 5. Verbatim Hasil Wawancara AZ | 92 |
| Tabel 6. Verbatim Hasil Wawancara PD..... | 96 |
| Tabel 7. Observasi Penelitian WW | 101 |
| Tabel 8. Observasi Penelitian AZ..... | 107 |
| Tabel 9. Observasi Penelitian PD..... | 112 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|-----------------------------|-----|
| Gambar 1. Wawancara WW..... | 121 |
| Gambar 2. Wawancara AZ..... | 121 |
| Gambar 3. Wawancara PD..... | 121 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----|
| Lampiran 1. <i>Guideline Interview</i> | 85 |
| Lampiran 2. Transkrip Verbatim Hasil Wawancara | 87 |
| Lampiran 3. Observasi Penelitian | 101 |
| Lampiran 4. Informed Consent | 118 |
| Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian | 121 |
| Lampiran 6. Surat Izin Penelitian..... | 122 |

ABSTRAK

GAMBARAN FRUGAL LIVING PADA MAHASISWA DI DESA SUKOREJO WEDI KLATEN

Andi Setyabudi

2061100023

Fakultas Ekonomi dan Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten.

Di era perkembangan ekonomi dan digitalisasi ini, individu memiliki tingkat kebutuhan dan keinginan yang tidak terbatas. Mahasiswa sering mengkonsumsi barang yang sebenarnya tidak dibutuhkan, sehingga menyebabkan mahasiswa memiliki masalah keuangan. Penting bagi mahasiswa untuk menerapkan gaya hidup hemat agar dapat memenuhi kebutuhan sehari-hari tanpa terbebani masalah keuangan. *Frugal living* merupakan upaya untuk mengontrol diri dari sifat konsumtif secara berlebihan untuk mencapai tujuan keuangan jangka panjang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran penerapan *frugal living* yang dilakukan oleh mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Data diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Partisipan penelitian berjumlah 3 mahasiswa aktif dengan rentang usia 20-25 tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan *frugal living* menjadi solusi yang tepat atas permasalahan keuangan yang dialami oleh mahasiswa. Mengelola keuangan dengan bijak dapat menjadi strategi yang efektif untuk mempersiapkan diri dalam mencapai tujuan keuangan jangka panjang.

Kata kunci: *Frugal living*, mahasiswa

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan ekonomi dan globalisasi mengubah kebutuhan setiap orang seiring berjalannya waktu. Untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, setiap individu memiliki kebutuhan yang berbeda-beda. Dampak pada mahasiswa dapat dilihat dari bagaimana mereka dihadapkan dengan berbagai pilihan gaya hidup. (Cleopatra, 2015) mengatakan bahwa gaya hidup merupakan suatu perilaku atau tindakan yang membedakan satu individu dengan individu lainnya, serta gaya hidup akan membentuk suatu identitas diri yang membedakan dengan individu lainnya. Sedangkan menurut (Wahlen & Laamanen, 2015) gaya hidup merupakan praktik konsumtif yang menjadi petunjuk untuk menghubungkan individu dengan penawaran kehidupan sehari-hari mengenai bagaimana gaya hidup seperti konsumsi dapat dikerahkan. Gaya hidup yang ditawarkan pada mahasiswa dalam menjalani kehidupan sehari-hari antara lain yaitu gaya hidup hemat dan gaya hidup konsumtif.

Secara umum, manusia memiliki tingkat kebutuhan dan keinginan yang tidak terbatas, dan ini adalah satu alasan mengapa beberapa mahasiswa menjalani gaya hidup konsumtif. Gaya hidup konsumtif ini dipengaruhi beberapa faktor baik internal maupun eksternal, hal ini sesuai dengan pendapat Ramya & Ali (2016) yang menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi mahasiswa melakukan perilaku konsumtif antara lain faktor sosial. Kebanyakan mahasiswa yang melakukan gaya hidup konsumtif

dipengaruhi oleh lingkungan sekitar seperti kelompok teman sebaya dan keluarga yang kurang memberikan pemahaman tentang menggunakan uang dengan bijak. Untuk tetap bisa mandiri dan tidak terpengaruh oleh lingkungan sekitar, seperti melakukan hal-hal perilaku konsumtif. Mahasiswa di usia dewasa awal ini harus belajar bagaimana menjalani gaya hidup yang hemat dan sehat, sehingga mereka dapat hidup dengan baik di masa depan. (Pangestuti & Susatyo Yuwono, 2019)

Mahasiswa masih sering memiliki kecenderungan untuk mengkonsumsi barang yang sebenarnya tidak dibutuhkan. Menurut (Braunstein & Welch, 2002) menyatakan bahwa pemilihan keuangan yang buruk akan memberikan efek negatif, dan terkadang konsekuensinya dalam jangka panjang. Salah satu kesalahan yang sering dilakukan oleh mahasiswa adalah ketika memilih bagaimana uang mereka akan digunakan, karena pada dasarnya sebagian mahasiswa belum bisa membedakan antara kebutuhan dan keinginan. Menurut (Perry & Morris, 2005) menyatakan bahwa faktor psikologis seperti locus of control, dapat memediasi dampak dari pengetahuan keuangan. Dari hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan keuangan sangat penting untuk keberlangsungan kehidupan.

Menurut (Amelia, 2020) mahasiswa memiliki masalah keuangan yang kompleks karena sebagian besar mahasiswa belum memiliki pendapatan, bahkan cadangan dana yang dimiliki terbatas untuk mereka gunakan dalam menjalani kehidupan di setiap harinya. Mereka masih bingung dalam menentukan kebijakan keuangan. Untuk menentukan

kebijakan keuangan dalam jangka pendek maupun panjang, mahasiswa melakukan pengelolaan keuangan secara benar, tepat, dan akurat. Menurut (Rahel et al., 2020) perilaku mengatur keuangan pada mahasiswa adalah mengatur uang saku pemberian orang tua. Uang saku pemberian orang tua merupakan pendapatan yang diperoleh oleh mahasiswa yang dapat mempengaruhi pola konsumsi mereka, dari uang saku inilah mahasiswa gunakan dalam memenuhi kebutuhan rutin mereka.

Mahasiswa Indonesia sering menghadapi banyak masalah keuangan, seperti biaya kuliah, buku kuliah, kos, transportasi, dan biaya sehari-hari, yang dapat menimbulkan tekanan finansial yang besar. Sehingga, tingkat *financial behavior* dikalangan mahasiswa perlu ditingkatkan karena pengetahuan dan pemahaman tentang keuangan dibutuhkan oleh individu untuk dapat dengan baik membuat keputusan yang benar dalam pemenuhan (Nababan & Sadilia, 2012). *Financial behavior* menjelaskan bagaimana seseorang memperlakukan, mengelola, dan menggunakan sumber keuangan miliknya. individu yang memiliki tanggung jawab pada perilaku keuangannya akan membelanjakan uang secara efektif dengan melakukan penganggaran, mengontrol pengeluaran, dan melakukan investasi. (Nababan & Sadilia, 2015)

Menghemat uang saat ini tidak hanya berarti mengontrol pengeluaran, tetapi juga memperhatikan perubahan lingkungan. Salah satu ciri utama gaya hidup berkelanjutan adalah berhemat, yang berarti mengurangi jumlah barang yang dikonsumsi dengan tujuan mengurangi

dampak perilaku manusia terhadap ketersediaan dan pembaruan sumber daya alam. Tindakan hemat melibatkan tindakan pengurangan konsumsi sehari-hari serta jenis barang yang dibeli, aktivitas yang dilakukan individu, dan cara pengelolaan limbah (Tapia-Fonllem et al., 2013). Oleh karena itu, mahasiswa harus cermat menentukan prioritas dan memahami konsekuensi dari mengkonsumsi terlalu banyak. Gaya hidup hemat juga harus menyesuaikan diri dengan ketidakpastian ekonomi dan berusaha untuk memaksimalkan peluang.

Sebuah tren gaya hidup hemat yang sedang viral di Indonesia baru-baru ini diharapkan dapat menyelesaikan masalah perilaku keuangan pada mahasiswa yaitu *frugal living*. Menurut Asosiasi Layanan Urus Dana Indonesia (ALUDI) dalam artikelnya (Desember 2020), mengatakan mengenai konsep *frugal living* adalah gaya hidup lebih pintar dalam mengelola keuangan serta dapat membuat keputusan bijak dalam membelanjakan keuangan. Konsep dari *frugal living* lebih memprioritaskan kebutuhan dan melihat kemampuan saat membeli sesuatu, memperhatikan nilai barang, dan mengontrol keseimbangan keuangan. (ALUDI, Desember 2020)

Dengan menerapkan gagasan gaya hidup *frugal living*, individu belajar memilih dan membeli barang-barang yang dibutuhkan dan mulai belajar menabung dalam bentuk apapun untuk merencanakan masa depan. Selain itu, mahasiswa akan cerdas dalam mengelola keuangannya dan akan menggunakan atau membeli barang yang sedikit lebih mahal namun

memiliki kualitas yang baik daripada menggunakan atau membeli barang yang murah tapi mudah rusak. Dengan begitu, barang yang dibeli akan lebih bertahan lama.(Muslihah, 2023.)

Konsep *frugal living* berkaitan erat dengan pengelolaan keuangan yang bijaksana dan mengurangi pengeluaran yang tidak perlu. *Frugal living* bukan berarti pelit, orang yang menjalani kehidupan dengan gaya hidup *frugal living* memiliki pemahaman yang kuat tentang apa yang harus diprioritaskan, sementara orang pelit akan membatasi pengeluaran mereka mengikuti harga pasar yang murah dengan mengorbankan aspek kualitasnya. (Novira, 2023)

Dari apa yang telah disampaikan, bahwa beberapa orang setuju akan hidup hemat baik untuk dipahami secara teori maupun untuk dipraktekkan. Individu yang menjalani gaya hidup *frugal living* akan lebih dewasa dalam berpikir, lebih berhati-hati dalam bertindak, dan membuat keputusan. Mereka juga akan mendapatkan lebih banyak pengetahuan tentang cara mengelola keuangan mereka dengan baik.

Penelitian yang berjudul “Edukasi Penggunaan Aplikasi *Money Manager* Untuk Perencanaan *Financial* di Karang Taruna Kembaran” yang merupakan tulisan Adhi Prakoso dalam Jurnal Pustaka Mitra. Dalam penelitian tersebut menjelaskan bahwa di masa ketidakpastian ekonomi saat ini, maka kunci kesuksesan adalah memiliki kemampuan untuk mengelola keuangan dengan bijak. Tujuan dari penelitian ini adalah *financial planning*, yaitu untuk membantu masyarakat dalam membangun minat generasi muda

desa untuk mengelola keuangan secara tepat. Dalam penelitian ini juga menjelaskan bahwa gaya hidup yang sekarang dikenal yaitu *frugal living* merupakan kombinasi dari preferensi, pengetahuan, dan kebiasaan yang dijadikan solusi dalam menghadapi tantangan gaya hidup.

Hasil penelitian yang berjudul “Penerapan Konsep *Frugal Living* pada Keuangan dan Bisnis Keluarga”. Yang merupakan tulisan dari Novi Susanti, dkk. Pada tahun 2023. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengungkap pentingnya penerapan *frugal living* pada ibu rumah tangga dan diharapkan ibu rumah tangga dapat konsisten menerapkan *frugal living* agar tercapai kehidupan yang lebih baik.

Hasil penelitian yang berjudul “*Strategies Frugal Living to Support Individual Financial Planning*”. Yang ditulis oleh Riska Franita pada tahun 2023. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui strategi *frugal living* yang akan membuat individu menerapkan perencanaan keuangan dengan baik.

Hasil penelitian yang berjudul “*Analysis of Effect of Frugal Living on Employee Financial Management in Achieving Financial Freedom*”. Yang merupakan tulisan dari Rizki Hartantri, dkk. Pada tahun 2024. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gaya hidup *frugal living* berpengaruh signifikan terhadap pengelolaan keuangan karyawan dalam mencapai kebebasan finansial sejak dini.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti di kabupaten Klaten pada bulan Desember 2023 dengan salah satu informan,

yaitu seorang mahasiswi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang tinggal di Klaten, berinisial WW berusia 23 tahun. Menceritakan awal mula mengenal istilah *frugal living*, secara tidak disengaja sewaktu dia melihat fitur reels di instagam melihat akun bernama @Finway.id. Pada akun tersebut menjelaskan secara detail mengenai gaya hidup *frugal living* dan menurutnya setelah menonton reels tersebut dia menganggap bahwa sebelum melihat itu, dia lebih dahulu menerapkan metode gaya hidup hemat yang hampir sama persis dengan penjelasan dari akun @finway.id tersebut. Dalam pengelolaan keuangannya, dia membuat catatan pengeluaran dalam waktu seminggu karena mendapat uang saku dari orang tuanya itu per minggu. dia tidak pernah menghabiskan uang saku yang diberikan oleh orang tuanya, walaupun hanya sisa sedikit tetap akan menabung uang sisa tersebut. Disamping itu, dia juga sering mendapat uang tambahan dari bekerja ikut saudaranya yang mempunyai usaha dekorasi manten. Untuk mencukupi kebutuhannya pada saat kuliah dia menggunakan uang saku, sedangkan untuk kebutuhan yang lain menggunakan uang hasil bekerja. Dia merupakan tipe individu yang selektif dalam membeli sesuatu, tidak takut mengeluarkan uang lebih untuk membeli produk yang menurutnya produk tersebut berkualitas baik walaupun produk tersebut bukan merk terkenal. Dalam hal tersebut, dia rela menunda untuk pemenuhan keinginannya untuk mengumpulkan uang terlebih dahulu sebelum membeli apa yang diinginkannya. Sebenarnya dia bisa langsung membeli apa yang dia inginkan saat itu juga, tapi lebih berfikir kalau uang dihabiskan sekarang

bagaimana dengan pemenuhan kebutuhan pokok yang akan datang. dia tidak ingin terlalu membebani orang tua walaupun dari segi ekonomi, orang tuanya mempunyai tingkat ekonomi menengah keatas.

Berdasarkan hasil wawancara diatas dan studi literatur yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai *frugal living*, maka terdapat kesesuaian antara teori dan hasil wawancara di lapangan tentang gaya hidup *frugal living*. Muncul pertanyaan, yaitu bagaimana gambaran *frugal living* pada mahasiswa dalam kehidupan sehari-hari mereka?. Maka dari itu peneliti mengangkat narasi yang telah dijelaskan sebelumnya, dalam karya ilmiah ini peneliti meneliti dan menganalisis lebih dalam mengenai gambaran *frugal living* pada mahasiswa yang baru baru ini sedang ngetren.

B. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi diatas, permasalahan yang dikaji perlu dibatasi. Pembatasan bertujuan untuk memfokuskan pada penelitian agar diperoleh kesimpulan yang benar dan mendalam pada aspek yang diteliti. Maka peneliti membatasi masalah masalah yang akan diteliti, yaitu bagaimana gambaran *frugal living* pada mahasiswa yang tinggal di Desa Sukorejo Wedi Klaten.

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan uraian permasalahan di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran gaya hidup *frugal living* pada mahasiswa di Desa Sukorejo Wedi Klaten.

D. Signifikansi dan Keunikan Penelitian

Frugal living adalah gaya hidup di mana seseorang berusaha untuk hidup hemat, menghemat, dan membatasi pengeluaran agar dapat mengalokasikan uang dengan bijak. Ketika diterapkan pada mahasiswa, gaya hidup *frugal living* memiliki beberapa signifikansi dan keunggulan yang patut dipertimbangkan yaitu pendidikan finansial, pengembangan keterampilan kreatif, membentuk kemandirian finansial, prioritaskan nilai, kesadaran lingkungan, komunitas frugal, dan persiapan untuk masa depan.

Keunikan dari frugal living pada mahasiswa adalah bahwa mereka sedang membangun pondasi yang kuat untuk kehidupan finansial mereka di masa yang akan datang sembari menghadapi masalah yang muncul dalam lingkungan kampus maupun lingkungan masyarakat.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan oleh penulis adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pengembangan kajian ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial dan kesehatan mental serta dapat memberikan kontribusi terhadap teori yang berkaitan dengan gaya hidup hemat *frugal living*.

2. Manfaat Praktis.

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan penjelasan dan pemahaman bagi pembaca tentang gaya hidup *frugal living* agar dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari, serta bagi peneliti selanjutnya dapat dijadikan bahan referensi maupun untuk dikembangkan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan yang sudah dipaparkan, penelitian ini memberi gambaran secara mendalam mengenai penerapan gaya hidup *frugal living* di kalangan mahasiswa. Melalui wawancara yang mendalam dengan ketiga partisipan, temuan penelitian ini mengungkapkan berbagai faktor penting yang terkait dengan gaya hidup *frugal living*.

1. Partisipan 1, 2, dan 3 menunjukkan kesadaran finansial dalam melakukan penerapan gaya hidup *frugal living*. Mereka memiliki pemahaman yang kuat mengenai nilai uang dan pentingnya mengelola keuangan secara bijak dengan menerapkan berbagai strategi untuk dapat menghemat pengeluaran mereka, seperti melakukan budgeting, mencatat dan menghitung pengeluaran, serta memisahkan antara kebutuhan dan keinginan.
2. Partisipan 1, 2, dan 3 menunjukkan efisiensi pengeluaran dengan memahami nilai dari setiap uang yang dikeluarkan dan memastikan setiap pengeluaran memiliki nilai yang maksimal. Pentingnya menjaga keseimbangan antara keinginan dan kemampuan finansial agar dapat terhindar hutang dan tidak terjebak dalam konsumtif yang tidak diperlukan.
3. Partisipan menunjukkan kreativitas dan inovasi dalam penerapan *frugal living*. partisipan mencari alternatif sebagai strategi untuk berhemat. Hal tersebut dapat menjadi solusi yang tepat untuk mendapatkan

sesuatu dengan efisien dan murah tanpa harus mengeluarkan dana yang besar. Partisipan 1 memiliki alternatif menghemat biaya transport dengan menenbeng teman kos waktu akan pergi ke kampus. Partisipan 2 dan 3 memiliki alternatif berhemat yang sama yaitu memasak dirumah untuk bekal waktu di kampus. Partisipan 1,2, dan 3 memiliki alternatif yang sama dalam berbelanja yaitu mengikuti promo pada saat belanja.

4. Kontrol diri memiliki peran yang sangat penting dalam penerapan frugal living bagi partisipan. Individu yang memiliki kontrol diri yang baik lebih mampu untuk mengelola kesadaran finansial mereka dengan bijak. Temuan ini menunjukkan bahwa kontrol diri adalah bagian yang penting dalam penerapan frugal living pada partisipan. Meningkatkan kontrol diri dapat mendukung partisipan untuk menerapkan gaya *hidup frugal living* yang mana dapat membantu partisipan dalam mengelola keuangan dengan lebih baik. Dengan memiliki kontrol diri yang baik memungkinkan partisipan untuk bisa menghadapi tantangan keuangan dengan lebih tenang dan percaya diri.
5. *Frugal living* memberikan dampak psikologis yang positif bagi partisipan yang menerapkan frugal living dalam kehidupan sehari-hari. Sukses mengelola keuangan sesuai dengan rencana yang ditetapkan mampu memberikan rasa pencapaian, rasa kepuasan, serta partisipan lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan finansial di masa yang akan datang.

B. Saran

Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk perbaikan dalam penelitian selanjutnya maupun saran yang dapat dilakukan dalam penerapan kehidupan sehari-hari.

1. Bagi partisipan.

Diharapkan untuk terus meningkatkan kesadaran finansial dan berbagi pengalaman kepada teman, saudara dan lingkungan sosial lainnya untuk saling mendukung dan menginspirasi satu sama lain.

2. Bagi peneliti selanjutnya.

Diharapkan ada peneliti selanjutnya dengan fokus yang lebih mendalam mengenai tema yang sama seperti mengukur dampak penerapan *frugal living* terhadap aspek-aspek tertentu seperti tingkat stres, kesejahteraan mental, atau kebahagiaan. Penelitian ini diharapkan untuk bisa dikembangkan lebih lanjut di kemudian hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, S. (2020). ANALISIS POLA PERILAKU KEUANGAN MAHASISWA DI PERGURUAN TINGGI BERDASARKAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHINYA DENGAN MENGGUNAKAN VARIABEL KONTROL DIRI SEBAGAI VARIABEL INTERVENING. *Prisma (Platform Riset Mahasiswa Akuntansi)*, 1(3), Article 3.
- Asriyana, A., Sapa, N. B., Widjaja, A., & Daryanti, D. (2023). Gaya Hidup Frugal Living Dalam Penggunaan Kartu Kredit Menurut Pandangan Islam. *JAMBURA: Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Bisnis*, 6(3), Article 3. <https://doi.org/10.37479/jimb.v6i3.23742>
- Bachri, B. S. (2010). Meyakinkan validitas data melalui triangulasi pada penelitian kualitatif. *Teknologi Pendidikan*, 10(1), 46–62.
- Braunstein, S., & Welch, C. (2002). Financial Literacy: An Overview of Practice, Research, and Policy. *Federal Reserve Bulletin*, 88(11), 0–0. <https://doi.org/10.17016/bulletin.2002.88-11>
- Cleopatra, M. (2015). Pengaruh Gaya Hidup dan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 5(2), Article 2. <https://doi.org/10.30998/formatif.v5i2.336>
- Frugal Living, Gaya Hidup yang Patut Ditiru Oleh ASN*. (n.d.). Retrieved 10 December 2023, from <https://www.djkn.kemenkeu.go.id/kanwil-sumut/baca-artikel/15091/Frugal-Living-Gaya-Hidup-yang-Patut-Ditiru-Oleh-ASN.html>

- Ghufron, M. N., & Suminta, R. R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
<https://repository.iainkediri.ac.id/584/>
- Lusardi, A., Mitchell, O. S., & Curto, V. (2010). Financial Literacy among the Young. *The Journal of Consumer Affairs*, 44(2), 358–380.
- Maisyarah, A., & Nurwahidin, N. (2022). PANDANGAN ISLAM TENTANG GAYA HIDUP FRUGAL LIVING (ANALISIS TERHADAP AYAT DAN HADITS). *Tadarus Tarbawy : Jurnal Kajian Islam Dan Pendidikan*, 4(2), Article 2. <https://doi.org/10.31000/jkip.v4i2.7221>
- Mengenal Tren Gaya Hidup Frugal Living—INSTIKI*. (2023, August 3).
<https://instiki.ac.id/2023/08/03/mengenal-tren-gaya-hidup-frugal-living/>,
<https://instiki.ac.id/2023/08/03/mengenal-tren-gaya-hidup-frugal-living/>
- Moleong, L. J. (2005). *Metodologi Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi)* (Bandung). PT Remaja Rosdakarya.
[//library.fis.uny.ac.id%2Fopac%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D1166](http://library.fis.uny.ac.id%2Fopac%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D1166)
- Novira, I. (2023, July 31). *Gaya Hidup Frugal Living untuk Mengontrol Finansial, Hemat atau Pelit? - MBN*. <https://mbnconsulting.id/gaya-hidup-frugal-living/>, <https://mbnconsulting.id/gaya-hidup-frugal-living/>
- Pangestuti, W. N., & Susatyo Yuwono, S. P. (2019). *Dinamika Psikologi Gaya Hidup Hemat Dikalangan Mahasiswa [S1, Universitas Muhammadiyah Surakarta]*. <https://eprints.ums.ac.id/76723/>
- Perry, V. G., & Morris, M. D. (2005). Who Is in Control? The Role of Self-Perception, Knowledge, and Income in Explaining Consumer Financial

Behavior. *Journal of Consumer Affairs*, 39(2), 299–313.
<https://doi.org/10.1111/j.1745-6606.2005.00016.x>

Rahel, _, Kandowanko, N., & Lasut, J. J. (2020). GAYA HIDUP TERHADAP MINAT MENABUNG MAHASISWA SOSIOLOGI FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN POLITIK UNIVERSITAS SAM RATULANGI. *HOLISTIK, Journal of Social and Culture*.

<https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/holistik/article/view/29352>

Ramai Perbincangan Penerapan Frugal Living, Simak Penjelasannya Menurut Dosen Ekonomi UIR - UIR - Universitas Islam Riau. (2023, July 26).
<https://uir.ac.id/newsfakultas/ramai-perbincangan-penerapan-frugal-living-simak-penjelasannya-menurut-dosen-ekonomi-uir>

Siti Falihatul Muslihah_Konsep Frugal Living Dalam Al-Qur'an (Studi Tematik).pdf. (n.d.). Retrieved 5 December 2023, from

https://eprints.uinsaizu.ac.id/20260/1/Siti%20Falihatul%20Muslihah_Konsep%20Frugal%20Living%20Dalam%20Al-Qur%27an%20%28Studi%20Tematik%29.pdf

Sugiyono;, P. D. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung). Alfabeta.

[//digilib.unigres.ac.id%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D43](https://digilib.unigres.ac.id%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D43)

Wahlen, S., & Laamanen, M. (2015). Consumption, lifestyle and social movements. *International Journal of Consumer Studies*, 39(5), 397–403.

White, J. (2021). The frugal life and why we should educate for it. *London Review of Education*, 19(1). <https://doi.org/10.14324/LRE.19.1.13>