

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Frugal living adalah gaya hidup hemat yang berfokus pada pengelolaan uang dan sumber daya secara bijak. Artinya seseorang hanya fokus pada keinginan membeli barang atau menggunakan sumber daya untuk kepentingan yang diperlukan saja (Inayati et al., 2024). Hal ini bukan berarti *frugal living* disamakan dengan pelit, namun lebih kepada melakukan hal yang bijaksana untuk kehidupan kesejahteraan finansial jangka panjang. Seseorang dapat menjalankan perilaku hidup hemat bisa dimulai dengan adanya perencanaan keuangan yang baik (Sibuea, 2022).

Kebalikan dari *frugal living* yaitu perilaku konsumtif. Penelitian Julita et al. (2023) menyatakan bahwa kaum milenial mempunyai kecenderungan boros, tidak dapat menyimpan uang sebagai tabungan yang kemudian mengarahkan generasi milenial menjadi konsumtif.

Hanafi et al. (2024) mengungkapkan bahwa sekitar 80% Gen Z mengalokasikan sebagian besar uang mereka untuk kebutuhan gaya hidup, sehingga membuat mereka lebih berisiko mengalami masalah keuangan. Hal ini juga diperkuat oleh data riset ADP 2025 menunjukkan 54% warga Indonesia yang langsung menghabiskan gajinya setiap bulan, tanpa menyisakan untuk tabungan.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi gaya hidup hemat salah satunya adalah Perencanaan keuangan (Franita, 2023). Perencanaan keuangan adalah proses yang dilakukan oleh seseorang dalam mengelola keuangannya mulai dari pemasukan dan pengeluarannya agar dapat mencapai tujuan yang

diharapkan, baik tujuan jangka pendek maupun tujuan jangka panjangnya (Ghozali et al., 2001). Perencanaan keuangan merupakan aspek penting dalam pengelolaan keuangan pribadi yang efektif (Putra et al., 2024). Berdasarkan data OJK (2022), indeks literasi keuangan masyarakat Indonesia baru mencapai 49,68%. Hal ini menunjukkan tingkat pemahaman yang rendah terhadap pengelolaan keuangan.

Menurut OJK (2022) pula, kelompok usia muda hingga dewasa, masih memiliki tingkat literasi keuangan yang masih terbatas. Banyak dari mereka yang belum sepenuhnya memahami konsep dasar pengelolaan keuangan, seperti menyusun anggaran pemasukan dan pengeluarannya setiap bulan. Hal ini dapat menunjukkan perencanaan keuangan masih menjadi tantangan. Perencanaan keuangan dapat memberikan dampak yang positif, seperti mengontrol arus kas pribadi, menabung dan rasa tanggung jawab dalam mengatur keuangan yang baik (Sofilda et al., 2022). Manfaat perencanaan keuangan bagi generasi muda sangat signifikan, mereka dapat lebih siap dalam menghadapi kebutuhan mendesak, menyusun strategi agar pengeluaran tidak lebih dari pendapatan (Sadulur et al., 2024). Sejalan dengan penelitian Inayati et al. (2024) yang menyatakan bahwa penerapan gaya hidup hemat memiliki peran penting dalam keberhasilan suatu perencanaan keuangan.

Faktor lain yang mempengaruhi *frugal living* adalah pendapatan (Rumambo et al., 2024). Pendapatan merupakan jumlah uang yang diterima oleh seseorang atau rumah tangga dari berbagai sumber, seperti upah, gaji, bunga, sewa dan laba dalam kurun waktu tertentu (Sukirno 2017). Pendapatan dapat

dikatakan juga sebagai hasil yang didapatkan seseorang sebagai balas jasa atas pekerjaan, usaha atau kegiatan lain sebagainya.

Sebanyak 59,4 % dari Generasi Z melaporkan pengeluaran bulanan yang melebihi pendapatan mereka, yang sering kali dipengaruhi oleh pola pikir FOMO (*Fear of Missing Out*) dan YOLO (*You Only Live Once*), yang mencerminkan kurangnya perhatian terhadap masa depan (Katadata *Insight Center*, 2021). Menurut Pranata et al. (2024) pendapatan merupakan salah satu variabel penting dalam ilmu ekonomi dan memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku ekonomi individu, termasuk dalam hal pengelolaan keuangan. Pendapatan sering kali hanya digunakan untuk memenuhi keinginan pribadi tanpa memikirkan alokasi jangka panjang seperti tabungan atau investasi. Padahal, dengan pendapatan bulanan yang mencukupi, generasi muda dapat memperoleh banyak manfaat jika mampu mengelolanya, seperti mengatur kebutuhan finansial secara mandiri, menerapkan *frugal living*, menghindari perilaku konsumtif, serta membangun rasa tanggung jawab dalam penggunaan uang. Sejalan dengan penelitian Mulyana et al., (2025) yang menyatakan bahwa *frugal living* memiliki korelasi secara positif terhadap pendapatan.

Universitas Katolik Widya Mandira Kupang (UNWIRA) adalah salah satu lembaga pendidikan yang ternama di Nusa Tenggara Timur yang berdiri sejak tahun 1982 di bawah naungan Yayasan Arnoldus. Dalam lingkungan akademik yang menjunjung tinggi nilai kesederhanaan, tanggung jawab dan kerja keras. Penelitian ini mengenai *frugal living*, perencanaan keuangan dan pendapatan dengan fokus utama pada Dosen dan Pegawai yang belum menikah.

Dapat kita ketahui bersama bahwa kelompok ini umumnya berada pada fase kehidupan dengan tingkat penggunaan finansial yang tinggi sehingga keputusan dalam pengelolaan keuangan lebih di pengaruhi oleh gaya hidup dan kebiasaan pribadi. Di sisi lain semakin besar tingginya gaya hidup yang meningkat dapat memengaruhi pola konsumsi dan perilaku keuangan mereka.

Berdasarkan hasil kuesioner yang dibagikan dapat diketahui bahwa sebagian besar Dosen dan Pegawai yang belum menikah memiliki perencanaan keuangan yang kurang baik, seperti menetapkan tujuan keuangan, membuat anggaran, evaluasi keuangan yang minim, dan sebagian besar responden tidak memiliki visi keuangan jangka panjang. Kuesioner ini dibagikan ke 20 orang responden. 8 orang responden menyatakan bahwa perencanaan keuangan mereka baik sejalan dengan kuisisioner yang dibagikan.

Akan tetapi, sebanyak 12 orang memiliki perencanaan keuangan yang masih rendah dalam mengelola keuangan seperti pencatatan keuangan, pembuatan anggaran dan evaluasi berkala. Hal ini berlaku pula dengan faktor pendapatan. Berdasarkan hasil pembagian kuisisioner yang diberikan kepada Dosen dan Pegawai di Universitas Katolik Widya Mandira Kupang, sebanyak 9 orang telah mencapai penggunaan pendapatan yang baik, sedangkan sebanyak 11 orang masih rendah dalam mengelola pendapatannya. Secara keseluruhan hasil pra-penelitian menunjukkan bahwa masih adanya beberapa Dosen dan Pegawai yang berperilaku konsumtif dan kurang konsisten dalam pengelolaan keuangan dan pendapatan mereka. Selain itu juga walaupun berpenghasilan yang tinggi akan tetapi masih kurang dalam penerapan *frugal living* sehingga

menimbulkan kesenjangan antara kemampuan finansial dan pengelolaan keuangan.

Dalam beberapa tahun terakhir, minat terhadap konsep *frugal living* atau gaya hidup hemat semakin meningkat, khususnya dalam konteks pengelolaan keuangan generasi muda. Penelitian sebelumnya telah mencoba mengeksplorasi faktor-faktor yang memengaruhi penerapan *frugal living*, salah satunya adalah perencanaan keuangan. Menurut Inayati et al. (2024) telah meneliti hubungan antara perencanaan keuangan dan *frugal living*, namun penelitian tersebut masih terbatas pada pendekatan kualitatif dan bersifat deskriptif. Hal ini menunjukkan bahwa kajian yang lebih mendalam dengan pendekatan kuantitatif masih sangat diperlukan untuk mengukur pengaruh yang signifikan dan generalisasi temuan secara lebih luas. Sehingga masih terbatasnya penelitian terdahulu yang mengkaji perencanaan keuangan terhadap *frugal living* dengan metode kuantitatif.

Kedua variabel pendapatan. Penelitian yang dilakukan oleh Mulyana et al. (2025) mengungkapkan bahwa variabel pendapatan berpengaruh positif dan signifikan terhadap pengambilan keputusan *financial freedom* pada generasi milenial. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat pendapatan seseorang, maka semakin besar pula kemampuannya dalam mencapai kebebasan finansial. Meskipun demikian, penelitian tersebut masih berfokus pada *financial freedom* sebagai variabel terikat dan belum mengkaji secara mendalam hubungan antara tingkat pendapatan dengan penerapan gaya hidup *frugal living*.

Hal ini menunjukkan perlu adanya penelitian lebih lanjut agar dapat diketahui apakah individu dengan tingkat pendapatan yang berbeda memiliki kecenderungan serupa dalam menerapkan gaya hidup *frugal living*, atau justru menunjukkan perbedaan perilaku keuangan yang signifikan. Temuan dari kajian semacam ini berpotensi memberikan kontribusi teoretis mengenai keterkaitan antara pendapatan dan gaya hidup hemat, serta kontribusi praktis berupa acuan bagi seseorang dalam mengelola pendapatan secara lebih bijak melalui penerapan prinsip *frugal living* dalam aktivitas keuangan sehari-hari.

Penelitian mengenai pengaruh perencanaan keuangan dan pendapatan terhadap penerapan *frugal living* masih tergolong minim, tinjauan penelitian sebelumnya, terdapat perbedaan hasil dan tingkat kedalaman penelitian pada masing-masing variabel.

Perbedaan hasil dari setiap variabel dalam penelitian ini dilihat dari hubungan antara variabel X1 yaitu perencanaan keuangan dan variabel X2 yaitu pendapatan terhadap variabel Y yaitu *frugal living*. Variabel X1 memiliki peranan langsung dalam memengaruhi Y, sebab seseorang mampu dalam menyusun rencana keuangannya seperti anggaran, arus kas, serta tabungan atau investasi cenderung lebih disiplin dalam membedakan kebutuhan dan keinginan. Dalam penelitian sebelumnya oleh Inayati et al. (2024) menunjukan bahwa adanya hubungan positif antara perencanaan keuangan (X1) dan *frugal living* (Y) meskipun penelitian sebelumnya menggunakan pendekatan deskriptif dan belum diukur secara kuantitatif.

Sementara itu, pada variabel X2 pendapatan menunjukkan hasil yang berbeda. Pendapatan merupakan sumber daya finansial yang diterima oleh satu individu. Disamping itu pendapatan tidak selalu sejalan dengan prinsip *frugal living*. Seseorang dengan pendapatan yang lebih bisa juga terjerumus dalam gaya hidup konsumtif dan kurang konsisten dalam mengelola keuangannya. Akan tetapi seseorang dengan pendapatan yang rendah justru lebih disiplin dalam penerapan *frugal living*, ini berarti pendapatan berperan penting sebagai faktor pendukung, tetapi bukan penentu utama penerapan *frugal living*.

Berdasarkan latar belakang dan *research gap* yang ditemukan, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai faktor-faktor yang timbul berpengaruh terhadap *frugal living* dalam perencanaan keuangan Dosen dan Pegawai yang belum menikah di Universitas Katolik Widya Mandira Kupang dengan judul yang di ambil adalah “**Pengaruh perencanaan keuangan dan pendapatan terhadap *frugal living* pada *civitas* akademika di Universitas Katolik Widya Mandira Kupang**”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan kesenjangan penelitian yang telah diidentifikasi, maka rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran umum tentang *frugal living*, perencanaan keuangan dan pendapatan dari Dosen dan Pegawai yang belum menikah di Universitas Katolik Widya Mandira Kupang?

2. Apakah perencanaan keuangan dan pendapatan secara parsial berpengaruh signifikan terhadap *frugal living* Dosen dan Pegawai yang belum menikah di Universitas Katolik Widya Mandira Kupang?
3. Apakah perencanaan keuangan dan pendapatan secara simultan berpengaruh terhadap *frugal living* pada Dosen dan Pegawai yang belum menikah di Universitas Katolik Widya Mandira Kupang?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui gambaran umum tentang *frugal living* perencanaan keuangan, dan pendapatan pada Dosen dan Pegawai yang belum menikah di Universitas Katolik Widya Mandira Kupang.
2. Untuk mengetahui pengaruh perencanaan keuangan dan pendapatan secara parsial berpengaruh terhadap *frugal living* pada Dosen dan Pegawai yang belum menikah di Universitas Katolik Widya Mandira Kupang.
3. Untuk mengetahui pengaruh perencanaan keuangan dan pendapatan secara simultan berpengaruh terhadap *frugal living* pada Dosen dan Pegawai yang belum di Universitas Katolik Widya Mandira Kupang.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah dikemukakan diatas, maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak antara lain:

1. Praktis

penelitian ini memberikan manfaat yang penting dalam pengembangan pengetahuan dan keterampilan akademik, khususnya dalam bidang

manajemen keuangan pribadi. Melalui proses penelitian ini, penulis memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pentingnya perencanaan keuangan dan pengelolaan pendapatan dalam membentuk gaya hidup hemat (*frugal living*), terutama di lingkungan akademik.

2. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai referensi awal bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji topik seputar perencanaan keuangan, pendapatan, dan penerapan *frugal living* di kalangan Dosen dan Pegawai