

SELF-CONTROL DALAM PENGELOLAAN KEUANGAN SEBAGAI UPAYA MENCAPAI KESEJAHTERAAN HIDUP

Marissa Silooy

Dosen Fakultas Ekonomi
Universitas Kristen Indonesia Maluku

Abstract; *The desires and needs of people who are not limited to be one of the individual factors of the consumptive lifestyle. Consumptive life patterns that are not compatible with income can cause long-term financial problems. This condition requires an effort to improve the welfare of life by emphasizing aspects of financial behavior. Individual attitudes towards money will influence their behavior when shopping and saving, which in turn will have an impact on achieving prosperity in life. Financial management behavior tends to be associated with individual perceptions in overseeing excessive spending. Responsible financial behavior is very closely related to self control. Failure of self-control in the use of finance causes psychological consequences, such as guilt, stress, shame, and regret. Self-control is a response that has just begun to replace something, for example a response related to diverting attention from something desired, changing emotions, holding back certain impulses and improving the conditions that must be achieved. It can be said that most people want to be able to manage self-control to be implemented in good and planned decision making in the long term in the future to prosper. By exercising self-control one will be more careful in determining consumption choices, one must have the principle to consume the product or service needed (needs), not vice versa to consume the desired product or service (want). From this description, the author will try to describe more about self-control in decision making as an effort to achieve prosperity.*

Keywords: *Self-control, decision making, life welfare*

PENDAHULUAN

Pengelolaan keuangan dengan baik akan membantu individu dalam pencapaian tujuan keuangan tertentu. Tujuan tersebut akhirnya akan meningkatkan kesejahteraan keuangannya. Kesejahteraan keuangan adalah kondisi dimana seseorang memiliki kontrol dalam keuangan sehari-hari, punya kapasitas untuk menghadapi kesulitan finansial, berada di jalur yang benar menuju tujuan finansialnya dan memiliki kebebasan finansial dalam membuat pilihan yang dapat membuatnya menikmati hidup.

Seni dalam mengelola itu menjadi sesuatu yang penting karena kegiatan mengelola membutuhkan kedisiplinan dan menentukan prioritas yang berasal dari *self-control*.

Pengaruh *self-control* dalam pengelolaan keuangan pribadi sangatlah penting. *Self-control* dapat menjadikan seseorang memiliki sikap bertanggung jawab dalam pengelolaan keuangan. *Self-control* adalah keseluruhan kemampuan diri untuk mengendalikan diri pribadinya. Ada 4 bidang kontrol diri menurut Warsono (2010), yakni : kognitif, impuls atau dorongan, emosi dan kinerja.

Setiap manusia mempunyai tujuan yang ingin dicapai. Tujuan hidup ini berbeda, tetapi pada umumnya keluarga ingin mencapai hidup yang bahagia baik di dunia maupun di akhirat. Manusia akan hidup bahagia jika sukses mencapai apa yang diimpikannya. Kesuksesan hidup manusia di dunia ini dapat diindikasikan dengan berbagai macam ukuran, seperti harta yang berhasil dikumpulkan, jenjang karier atau jabatan yang dicapai, tingkat pendidikan yang dilalui, penyiapan generasi penerusnya, dan kontribusinya terhadap kehidupan. Semua aktivitas dan keputusan kehidupan sudah tidak lagi semata-mata ditujukan untuk uang, tetapi uang dipandang sebagai sarana mencapai tujuan yang lebih hakiki.

Uang merupakan suatu factor penting dalam kehidupan sehari-hari karena dengan uang seseorang dapat memenuhi kebutuhan hidupnya. Bahkan salah satu alasan orang bekerja keras adalah untuk mendapatkan uang. Banyak juga cara yang dilakukan untuk melipatgandakan uang yang dimiliki agar mampu menopang kehidupan ekonomi seseorang. Namun bagaimana cara mendapatkan uang bukanlah satu-satunya hal yang penting untuk diperhatikan. Belajar bagaimana mengelola keuangan sama pentingnya dengan mendapatkannya (Danes & Hira, 1987). Budaya konsumerisme yang tinggi dan hampir semua harga kebutuhan merangkak naik membuat individu harus bisa mengelolah keuangannya dengan baik. Ini sangat berdampak pada kesejahteraan masyarakat ketika individu mampu mengelolah keuangannya dengan baik, maka kebutuhan sekarang maupun jangka panjang dapat terpenuhi.

Kepuasan keuangan pribadi merupakan hasil dari proses yang dikenal dengan pengelolaan keuangan pribadi atau perencanaan keuangan pribadi (Kapoor *et al.*, 2004: 4). Perencanaan keuangan dianggap sebagai proses strategis yang bertujuan untuk membantu individu dalam mengelola sumber keuangan mereka, agar dapat mencapai berbagai tujuan hidup dan keuangannya (Overton, 2008). Kapoor *et al.*, (2004: 9) menyatakan bahwa terdapat dua jenis pengembangan tujuan keuangan pribadi yang dapat mempengaruhi keuangan pribadi di masa depan, yaitu pertama berdasarkan waktu untuk mencapai tujuan, kedua berdasarkan jenis kebutuhan.

Menurut Baumeister *et al.*, (1998), individu dengan *self-control* yang tinggi akan mampu mengendalikan emosi, serta dapat menolak pembelian dan pembuatan keputusan yang tidak logis. Pengendalian diri mengacu pada

kemampuan individu untuk menahan diri atau mengarahkan diri ke arah yang lebih baik ketika dihadapkan pada godaan-godaan (Baumeister, 2002). Oleh karena itu *self-control* dapat berperan dalam pengambilan keputusan untuk menyimpan uang (menabung) atau melakukan pembelian (Rahmani, 2016).

Self-control atas pengeluaran individu terhadap perilaku dan sikap konsumtif akan dapat memengaruhi situasi keuangan mereka. Maka dari itu, perlu adanya perhatian terhadap pola-pola pengeluaran dan konsumsi seseorang, sehingga mereka dapat menghindari tindakan menggabungkan pembelian impulsif dan berbelanja spontanitas yang dapat meningkatkan kepuasan hidup (Hawset al., 2012).

Perilaku keuangan merupakan hal penting dalam pengelolaan keuangan karena manusia ataupun makhluk hidup tidak hanya berfikir secara rasional tetapi juga secara irrasional. Faktor irrasional ini merupakan sifat yang melekat pada diri manusia tersebut dan dapat berubah-ubah, sehingga harus diimbangi dengan sifat dan pemikiran secara rasional agar dapat mengambil keputusan menggunakan uang dengan bijak. Terkadang individu berperilaku boros dan tidak memiliki *self-control* dalam menggunakan uang.

Kenyataan menunjukan bahwa individu seringkali tidak rasional dalam pengambilan keputusan karena pengelolaan keuangan yang tidak baik. Masalah keuangan yang dihadapi oleh setiap individu disebabkan karena sebagian individu tidak mampu membedakan mana kebutuhan primer dan sekunder serta tidak ada skala prioritas. Semakin kuat aspek kepribadian suami dan istri sebagai manajer keuangan, semakin besar pengaruh keputusan psikologis terhadap keputusan keuangan. Gaya hidup, pola belanja yang tidak terencana, biaya sosial yang tidak dianggarkan, lingkungan, dan literasi manajemen keuangan menjadi faktor pendukung timbulnya manajemen yang buruk.

Uraian pada latar belakang masalah penulisan ini memberi dorongan kepada penulis untuk mencari informasi faktual dan mendeskripsikan lebih jauh tentang *Self-control* Dalam Pengelolaan Keuangan Sebagai Upaya Mencapai Kesejahteraan Hidup.

TINJAUAN PUSTAKA

Self-Control

Hurlock (1990) berpendapat bahwa *self-control* berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Kazdin (1994) menambahkan bahwa *self-control* diperlukan guna membantu individu dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan membantu mengatasi berbagai hal merugikan yang dimungkinkan berasal dari luar.

Dewi (2004) berpendapat bahwa *self-control* menyangkut seberapa kuat seseorang memegang nilai dan kepercayaannya untuk dijadikan acuan ketika ia bertindak atau

mengambil suatu keputusan. Self-control menggambarkan kemampuan individu yang dengan aktif mengendalikan respon mereka terhadap rangsangan eksternal, pemikiran, perasaan, dan perilaku-perilaku lainnya menurut tujuan, perilaku, atau tujuan (Baumeister, Gaillot, DeWall, and Oaten, 2006; Baumeister, Bratslavsky, Muraven, and Tice, 1998). Dengan demikian, *self-control* dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku.

Pengelolaan Keuangan

Yulis 2010 mengutip (Ayoeb, 2008) menjelaskan keuangan pribadi (personal finance) pengelolaan keuangan diartikan sebagai proses bagaimana individu memenuhi kebutuhan hidup melalui pengelolaan sumber-sumber keuangan secara tersusun dan sistematis.

Mengutip (<http://www.pengertian.menurut.para.ahli.net/pengertian-pengelolaan-keuangan-menurut-para-ahli/>) mengungkapkan pengelolaan keuangan adalah teknik mengimbangi gaya hidup manusia seperti gaya hidup konsumtif dengan gaya hidup produktif seperti investasi, menabung ataupun bisnis. Tujuan pengelolaan keuangan ini adalah agar kita terhindar dari kondisi lebih banyak hutang daripada pemasukan.

Pengelolaan keuangan pribadi merupakan suatu proses pencapaian tujuan pribadi melalui manajemen keuangan yang terstruktur dan tepat (Malinda, 2007). Pengelolaan keuangan menyangkut bagaimana mengelola keuangan yang ada untuk mendapatkan suatu penghasilan yang maksimal.

Kesejahteraan Hidup

Pengertian Kesejahteraan

Definisi Kesejahteraan dalam konsep dunia modern adalah sebuah kondisi dimana seorang dapat memenuhi kebutuhan pokok, baik itu kebutuhan akan makanan, pakaian, tempat tinggal, air minum yang bersih serta kesempatan untuk melanjutkan pendidikan dan memiliki pekerjaan yang memadai yang dapat menunjang kualitas hidupnya sehingga memiliki status sosial yang mengantarkan pada status sosial yang sama terhadap sesama warga lainnya.

Setiap orang memiliki keinginan untuk sejahtera, suatu keadaan yang serba baik, atau suatu kondisi dimana orang-orangnya dalam keadaan makmur, dalam keadaan sehat dan damai (id.wikipedia.org). Lebih lengkapnya, Kementerian Koordinator Kesejahteraan Rakyat memberi pengertian sejahtera yaitu suatu kondisi masyarakat yang telah terpenuhi kebutuhan dasarnya. Kebutuhan dasar tersebut berupa kecukupan dan mutu pangan, sandang, papan, kesehatan, pendidikan, lapangan pekerjaan, dan kebutuhan lainnya seperti lingkungan bersih, aman, dan nyaman.

METODE

Jenis penelitian ini adalah *observasional* karena tidak melakukan perlakuan terhadap objek hanya melakukan observasi, dan menurut analisisnya merupakan penelitian deskriptif karena tidak melakukan pengujian statistik hanya menggambarkan bagaimana *self-control* mempunyai peranan penting dalam pengelolaan keuangan sebagai upaya peningkatan kesejahteraan hidup. Sedangkan menurut waktu penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional* karena pengamatan dilakukan saat itu juga. Adapun informan untuk penelitian ini adalah orang-rang yang memiliki pendapatan tinggi, menengah dan rendah yang diwawancara. Peneliti menggunakan triangulasi sebagai teknik untuk mengecek keabsahan data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam mengelolah keuangan individu seringkali diperhadapkan dengan perilaku yang boros (budaya konsumerisme). Fakta memperlihatkan bahwa individu seringkali menempatkan keinginan sebagai kebutuhan. Pengaruh *self-control* dalam pengelolaan keuangan sangatlah penting. *Self-control* dapat menjadikan seseorang memiliki sikap bertanggung jawab dalam pengelolaan keuangan. *Self-control* adalah keseluruhan kemampuan diri untuk mengendalikan diri pribadinya. Dari hasil pengamatan dan wawancara peneliti dengan para informan dan beberapa informan dijadikan informan kunci dalam penelitian ini, maka dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1
Triangulasi *Self-Control* Dalam Pengelolaan Keuangan sebagai
Upaya Peningkatan Kesejahteraan Hidup

Informan	Hasil wawancara
Tidak mudah digunakan untuk kepentingan lain	
Informan kunci	Saya sudah mengalokasikan tunjangan tengah bulan ke dalam pos biaya pendidikan anak-anak saya. Anak-anak saya ingin memiliki satu set TV plasma lengkap dengan home theater. Saya tidak mewujudkan keinginan anak-anak karena uang lebih penting untuk biaya pendidikan anak.
Informan kunci	Saya sudah menyisihkan sebagian dari pendapatan saya ke dalam pos tabungan untuk hari tua melalui dana pensiun. Tetapi saya diperhadapkan dengan tawaran promosi tour weekend untuk keluarga dengan harga yang lumayan murah. Saya tertarik dan mengambil uang dari pos tersebut karena saya berpikir kapan lagi bisa dapat tawaran promosi murah.

Informan kunci	Saya sudah menyisihkan sebagian dari pendapatan yang dialokasikan ke dalam pos tabungan untuk membeli sebidang tanah. Untuk membangun rumah tetapi teman menawarkan mobilnya untuk dijual dengan harga yang lumayan murah. Mobil tersebut baru dipakai 2 tahun dan masih bagus dan kebetulan itu adalah mobil impian saya. Awalnya saya tergiur tetapi saya lebih memilih menekan keinginan untuk memiliki mobil impian.
Informan kunci	Setiap saya memperoleh THR dan gaji ke-13 atau tunjangan lainnya maka saya akan menyisihkan sebagian uang itu ke dalam pos tabungan untuk biaya darurat jika ada kondisi yang terjadi diluar keinginan saya (sakit, kecelakaan, dll).
Informan kunci	1 tahun lagi anak saya akan masuk sekolah dasar. Saya sudah menyisihkan sebagian dari pendapatan anda untuk dialokasikan ke dalam pos tabungan untuk biaya pangkal masuk SD. Ketika belanja di supermarket saya melihat dan tertarik dengan produk baru dari kosmetik dan perawatan kecantikan dengan diskon 10%. Saya ingin sekali membeli produk tersebut dengan mengambil uang dari pos tabungan biaya pangkal masuk SD anak saya, tetapi saya kemudian berpikir lagi bahwa pendidikan anak saya lebih penting sehingga saya batal membeli produk tersebut.
Informan kunci	Direncanakan untuk 2 tahun ke depan, saya akan merenovasi rumah. Saya sudah mengalokasikan uang ke dalam pos tabungan untuk biaya renovasi. Ketika saya berbelanja di toko pakaian, bersamaan dengan cuci gudang di toko tersebut dengan harga yang lebih rendah plus diskon maka saya tertarik dan mengambil uang dari pos tabungan yang tadinya akan digunakan untuk biaya renovasi.
Informan kunci	Saya sudah menyisihkan sebagian dari pendapatan saya untuk dialokasikan ke dalam pos tabungan untuk membayar cicilan rumah. Ketika saya belanja di Ramayana, saya melihat dan tertarik dengan produk baru dari sepatu dan tas bermerek dengan diskon besar-besaran, tetapi saya dapat mengontrol keinginan saya dengan tidak melakukan pembelian.
Penundaan Pemuasan	
Informan kunci	Pada saat memperoleh gaji bulanan, saya mengalokasikan uang tersebut ke dalam pos-pos tertentu sesuai dengan kebutuhan untuk belanja rutin. Tetapi ketika saya belanja di supermarket saya melihat dan tertarik dengan barang yang sudah lama saya

	inginkan. Saya dapat mengontrol diri saya dengan tidak membeli barang tersebut.
Informan kunci	Saya menyisihkan sebagian dari pendapatan saya untuk dialokasikan ke dalam pos tabungan untuk cicilan rumah. Liburan sekolah anak-anak ingin jalan-jalan ke luar kota. Saya ingin sekali menyenangkan hati anak-anak dengan mengambil uang dari tabungan cicilan rumah, tetapi saya pikir tabungan cicilan rumah lebih penting untuk dipakai membayar cicilan tiap bulan. Untuk liburan saya bisa mengajak anak-anak jalan-jalan di tempat wisata yang ada di kota sendiri.
Pembatasan Diri	
Informan kunci	Ketika memperoleh tunjangan tengah bulan, saya mengalokasikan uang tersebut ke dalam pos tabungan untuk menghadapi situasi yang tak terduga (dana darurat). Saya diajak teman-teman pergi belanja di pasar murah yang kebetulan sedang diskon besar-besaran. Saya senang dan mengambil uang dari pos tabungan dana darurat untuk memuaskan keinginan saya.
Informan kunci	Saya sudah menyisihkan sebagian dari pendapatan untuk dialokasikan ke dalam pos tabungan untuk membayar cicilan kendaraan bermotor. Saya diperhadapkan dengan tawaran produk kecantikan bermerek dengan diskon mencapai 50% dan saya sangat tertarik karena kapan lagi bisa mendapatkan produk bermerek dengan harga yang miring, tetapi saya berpikir kembali untuk tidak menggunakan uang tersebut.

Berdasarkan tabel di atas untuk *self-control* mengenai tidak mudah digunakan untuk kepentingan lain dapat dilihat bahwa individu lebih memilih tidak memakai pos tabungan yang sudah dialokasikan untuk kebutuhan tertentu (pendidikan, membeli sebidang tanah, dana darurat, cicilan rumah) daripada untuk memenuhi kepentingan lain (membeli 1 set tv plasma home theater, mobil impian, produk kosmetik dengan diskon besar, sepatu dan tas bermerek dengan diskon besar). *Self-control* untuk penundaan pemuasan, dapat dilihat bahwa individu tidak akan mengambil uang yang telah dialokasikan dalam pos tabungan atau pos tertentu hanya untuk memuaskan keinginan yang tiba-tiba muncul ketika muncul suatu kebutuhan tersier (barang-barang di supermarket yang sudah lama diinginkan, jalan-jalan keluar kota). Individu berpikir untuk menggunakan dananya untuk kepentingan yang merupakan kebutuhan bukan keinginan. *Self-control* untuk pembatasan diri, dapat dilihat bahwa individu dapat membatasi dirinya untuk kebutuhan lain yang dapat ditanggguhkan seperti belanja di

pasar murah yang kebetulan sedang diskon besar-besaran dan produk kecantikan bermerek dengan diskon besar-besaran. Individu melakukan pembatasan diri untuk kebutuhan yang dananya sudah dialokasikan ke pos tabungan untuk dana darurat menghadapi situasi tak terduga dan dipergunakan untuk membayar biaya cicilan kendaraan bermotor.

Ini menunjukkan bahwa individu memiliki *Self-control* dalam mengelolah keuangan. *Self-control* adalah menyangkut seberapa kuat seseorang memegang nilai dan kepercayaannya untuk dijadikan acuan ketika ia bertindak atau mengambil suatu keputusan. Dalam artian mencegah pemanfaatan dana untuk kepentingan yang bersifat konsumtif atau *overspending* karena dana sudah dipilah-pilahkan ke dalam rekening tertentu seperti tabungan dan investasi sehingga dana tersebut tidak mudah digunakan untuk kepentingan lain.

Dengan demikian, kesejahteraan hidup dapat dinikmati oleh individu sebagai akibat dari *self-control* yang ada didalam diri individu tersebut untuk mencegah pemanfaatan dana untuk kepentingan konsumtif dan dapat membantu pengelolaan keuangan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Individu dapat mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Pertama, dapat mengelola keuangan walaupun ada kebutuhan lainnya yang lebih penting. Individu cenderung menggunakan uang yang telah didistribusikan dalam pos-pos tertentu yang dinilai kurang penting untuk kepentingan mendadak yang lebih penting. Dalam hal penundaan kepuasan. Individu tidak akan mengambil uang yang telah dialokasikan dalam pos tabungan atau pos tertentu hanya untuk memuaskan keinginan yang tiba-tiba muncul ketika muncul suatu kebutuhan tersier. Terakhir, *self-control* untuk pembatasan diri. *Self-control* dapat digunakan sebagai alat pembatasan diri terhadap kebutuhan lain yang dapat ditanggihkan.

Individu tidak terpengaruh ketika dihadapkan dengan kebutuhan yang dianggap kurang penting serta tidak akan mengambil uang yang sudah dialokasikan di pos-pos tertentu untuk memuaskan keinginan yang tiba-tiba muncul.

Dengan demikian, kesejahteraan hidup dapat dinikmati oleh individu sebagai akibat dari *self-control* yang ada didalam diri individu tersebut untuk mencegah pemanfaatan dana untuk kepentingan konsumtif dan dapat membantu pengelolaan keuangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayoeb, Hazeline, dkk., 2008. *Forever Rich*. Jakarta, PT Mizan Publika
- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., dan Tice, D. M. 1998. Ego depletion: is the active self a limited resource?. *Journal of personality and social psychology*, 74 (5), 1252-1256.
- Baumeister, R.F. "Yielding to Temptation : Self-Control Failure, Impulsive Purchasing, and Consumer Behavior." *Journal of Consumer Research*, 28 (2002), pp. 670-676.
- Dewi, 2004. Manajemen Keuangan Perusahaan, Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Danes, S., & Hira, T. Money Management knowledge of college student. *Journal of Student Financial Aid*, 4-16. 1987.
- Hurlock, E. B. 1990. Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Alih Bahasa: Soedjarwo dan Iswidayanti. Jakarta: Erlangga.
- Kapoor, J. R., Dlabay, L. R., dan Robert, J., 2004. *Personal Finance 7 Eds*. New York: The McGraw-Hill Company.
- Kazdin, A. E. 1994. Behavior Modification : in Applied Setting (5th ed). California: Brooks/ Cole Publishing Company.
- Malinda & Maya. (2007). *Perencanaan Keuangan Pribadi*. Yogyakarta, Penerbit Andi.
- Overton, R. 2008. Theories of the financial planning profession *Journal of Personal Finance*, 7 (1), 13-41.
- Rahmani, E. V. 2016. Hubungan Self Control Penggunaan Uang Dengan Intensi Menabung Pada Wanita Karir. Skripsi. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Supramono & Utami, I. (2004). Desain Proposal Penelitian, Andi Offset, Yogyakarta.
- Yulis, I. (2010). Kecerdasan Finansial & Kecerdasan Emosional dalam Pengelolaan Keuangan. Studi Pada Ibu Rumah Tangga Wilayah Kentangan, Jagalan di Semarang. *Tesis*