

PENGARUH LITERASI KEUANGAN DIGITAL, KONTROL DIRI, DAN PERILAKU *DOOM SPENDING* TERHADAP STRES FINANSIAL PADA DEWASA MUDA

HELLEN JOICE FLORRA MAILOA



**PROGRAM STUDI ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Literasi Keuangan Digital, Kontrol Diri, Perilaku *Doom Spending* terhadap Stres Finansial pada Dewasa Muda” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juli 2026

Hellen Joice Florra Mailoa
I2401221028



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University

ABSTRAK

HELLEN JOICE FLORRA MAILLOA. Pengaruh Literasi Keuangan Digital, Kontrol Diri, dan Perilaku *Doom Spending* terhadap Stres Finansial pada Dewasa Muda. Dibimbing oleh ISTIQLALIYAH MUFLIKHATI.

Stres finansial pada dewasa muda menjadi permasalahan yang semakin meningkat seiring berkembangnya gaya hidup konsumtif dan kemudahan transaksi digital. Kondisi tersebut mendorong munculnya perilaku *doom spending* yang berpotensi memperburuk kondisi finansial. Penelitian ini bertujuan menganalisis karakteristik, hubungan, serta pengaruh literasi keuangan digital, kontrol diri, dan perilaku *doom spending* terhadap stres finansial pada dewasa muda. Penelitian menggunakan desain *cross-sectional* dengan pendekatan kuantitatif terhadap 290 dewasa muda berusia 18–40 tahun yang dipilih menggunakan teknik *voluntary sampling*. Data dikumpulkan secara daring melalui Google Form dan dianalisis menggunakan SPSS dan *SmartPLS*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri berpengaruh negatif signifikan terhadap perilaku *doom spending* dan stres finansial, sedangkan perilaku *doom spending* berpengaruh positif signifikan terhadap stres finansial. Literasi keuangan digital tidak berpengaruh langsung terhadap stres finansial, tetapi berpengaruh melalui perilaku *doom spending*. Temuan ini menunjukkan pentingnya penguatan kontrol diri dan pencegahan perilaku *doom spending* untuk menurunkan stres finansial pada dewasa muda.

Kata kunci: *doom spending*, kontrol diri, literasi keuangan digital, stres finansial

ABSTRACT

HELLEN JOICE FLORRA MAILLOA. The Influence of Digital Financial Literacy, Self Control, and Doom Spending Behavior on Financial Stress in Young Adults. Supervised by ISTIQLALIYAH MUFLIKHATI.

Financial stress among young adults is an increasingly prevalent issue, driven by the rise of consumerist lifestyles and the ease of digital transactions. This situation fosters doom spending behavior, which has the potential to exacerbate financial difficulties. This study aims to analyze the characteristics of, and the relationships and influences among, digital financial literacy, self-control, doom spending behavior, and financial stress in young adults. A cross-sectional quantitative design was employed, involving 290 young adults aged 18–40 selected through voluntary sampling. Data were collected online via Google Forms and analyzed using SPSS and *SmartPLS*. The results indicate that self-control has a significant negative effect on both doom spending behavior and financial stress, whereas doom spending behavior has a significant positive effect on financial stress. Digital financial literacy does not directly affect financial stress but exerts an influence through doom spending behavior. These findings highlight the importance of strengthening self-control and preventing doom spending behavior to reduce financial stress among young adults.

Keywords: digital financial literacy, doom spending, financial stress, self control.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PENGARUH LITERASI KEUANGAN DIGITAL, KONTROL DIRI, DAN PERILAKU *DOOM SPENDING* TERHADAP STRES FINANSIAL PADA DEWASA MUDA

HELLEN JOICE FLORRA MAILOA

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen

**PROGRAM STUDI ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2026
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:

- 1 Dr. Irni Rahmayani Johan, S.P., M.M.
- 2 Alfiasari, S.P., M.Si.

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Judul Skripsi : Pengaruh Literasi Keuangan Digital, Kontrol Diri, Perilaku *Doom Spending* terhadap Stres Finansial pada Dewasa Muda
Nama : Hellen Joice Florra Mailoa
NIM : I2401221028

Disetujui oleh

Pembimbing:
Dr. Ir. Istiqlaliyah Muflikhati, M.Si.



Diketahui oleh

Ketua Program Studi:
Dr. Alfiasari, S.P., M.Si.
198112182006042015



Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan dan Alumni Fakultas Ilmu Sosial dan Ekologi Manusia:
Prof. Dr. Megawati Simanjuntak, SP, M.Si
197211032005012002



Tanggal Ujian: 14 Juli 2026

Tanggal Lulus: 28 Juli 2026



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas rahmat, kasih karunia dan penyertaan-Nya sehingga skripsi berjudul “Pengaruh Literasi Keuangan Digital, Kontrol Diri, dan Perilaku *Doom Spending* terhadap Stres Finansial pada Dewasa Muda” dapat terselesaikan dengan baik. Segala proses dan tantangan selama penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan berkat pertolongan Tuhan yang senantiasa menguatkan.

Penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih sebesar-besarnya kepada Dr. Ir. Istiqlaliyah Muflikhati, M.Si., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah membimbing, memberikan arahan, dan mendampingi penulis dalam penyusunan skripsi. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada Ibu Ismayanti Pratiwi, S.Si., M.Si selaku dosen moderator kolokium, Bapak Agung Minto Wahyu, S.M., S.Psi., M.Si., selaku dosen moderator seminar hasil, Dr. Irni Rahmayani Johan, S.P., M.M. dan Ibu Alfiasari, S.P., M.Si., selaku dosen penguji sidang yang telah memberikan masukan berharga sehingga penulis dapat memperbaiki skripsi ini. Prof. Dr. Ir. Euis Sunarti, M.Si., selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan akademik selama masa perkuliahan.

Penghargaan yang mendalam penulis sampaikan kepada orang tua penulis atas cinta, doa, dan dukungan selama masa perkuliahan. Rasa terima kasih penulis tujukan kepada Imanuel yang telah menjadi bagian penting dalam proses ini. Terima kasih atas dukungan, waktu, kebersamaan yang menjadi penguat di tengah segala keterbatasan dan banyak hal yang tidak dapat ditulis satu per satu. Sahabat penulis sejak kecil Rachel, Wica, Angel, Victoria, Yiswi, dan Florency, yang sudah membersamai suka dan duka kehidupan penulis. Ani, Latifah, Kaysa, Afizah, Nayla, teman-teman satu bimbingan, serta seluruh teman-teman IKK 59 atas dukungan dan kebersamaannya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan untuk penyempurnaan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat serta memperkaya pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang literasi keuangan, perilaku keuangan, dan kesejahteraan finansial.

Bogor, Juli 2026

Hellen Joice Florra Mailoa

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	x
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Teori <i>Behavioral Finance</i>	7
2.2 Teori Penilaian Kognitif	7
2.3 Literasi Keuangan Digital	8
2.4 Kontrol Diri	10
2.5 Perilaku <i>Doom Spending</i>	11
2.6 Stres Finansial	12
2.7 Pengaruh Literasi Keuangan Digital terhadap Perilaku <i>Doom Spending</i>	13
2.8 Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku <i>Doom Spending</i>	13
2.9 Pengaruh Literasi Keuangan Digital terhadap Stres Finansial	14
2.10 Pengaruh Kontrol Diri terhadap Stres Finansial	14
2.11 Pengaruh Perilaku <i>Doom Spending</i> terhadap Stres Finansial	15
2.12 Kerangka Pemikiran	15
III METODE	17
3.1 Desain, Lokasi, dan Waktu Penelitian	17
3.2 Populasi, Sampel, Teknik Penarikan Sampel	17
3.3 Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	17
3.4 Pengukuran Variabel	18
3.5 Pengolahan dan Analisis Data	20
3.6 Definisi Operasional	21
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	23
4.1 Karakteristik Responden	23
4.2 Literasi Keuangan Digital	25
4.3 Kontrol Diri	27
4.4 Perilaku <i>Doom Spending</i>	29
4.5 Stres Finansial	30
4.6 Hubungan Karakteristik Responden dengan Literasi Keuangan Digital, Kontrol Diri, Perilaku <i>Doom Spending</i> , dan Stres Finansial	32
4.7 Hasil Analisis SEM-PLS	33
4.8 Pengujian Hipotesis	38
4.9 Pembahasan	40
4.10 Implikasi Penelitian	46
4.11 Limitasi dalam Penelitian	47
V SIMPULAN DAN SARAN	49
5.1 Simpulan	49

5.2	Saran	49
	DAFTAR PUSTAKA	51
	LAMPIRAN	58
	RIWAYAT HIDUP	65

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR TABEL

1	Variabel, skala data, dan pilihan jawaban	18
2	Variabel, kode, dan indikator	19
3	Analisis data dan tujuan penelitian	20
4	Karakteristik responden	23
5	Sebaran responden berdasarkan indikator literasi keuangan digital	26
6	Sebaran responden berdasarkan variabel literasi keuangan digital	27
7	Sebaran responden berdasarkan variabel kontrol diri	28
8	Sebaran responden berdasarkan variabel kontrol diri	29
9	Sebaran responden berdasarkan variabel perilaku <i>doom spending</i>	30
10	Sebaran responden berdasarkan variabel perilaku <i>doom spending</i>	30
11	Sebaran responden berdasarkan variabel stres finansial	31
12	Sebaran responden pada variabel stres finansial	32
13	Hubungan karakteristik responden dengan literasi keuangan digital, kontrol diri, perilaku <i>doom spending</i> , dan stres finansial	32
14	Hasil kontribusi indikator terhadap setiap variabel	34
15	Nilai Cronbach's Alpha, <i>Composite Reliability</i> , dan <i>Average Variance Extracted</i>	37
16	Hasil analisis model struktural R-Square	37
17	Hasil pengujian hipotesis pengaruh langsung variabel laten	39
18	Hasil uji pengaruh variabel tidak langsung	40
19	Hasil dekomposisi efek langsung, tidak langsung, dan total pengaruh	40

DAFTAR GAMBAR

20	Kerangka Pemikiran	16
21	Model struktural SEM-PLS	36

DAFTAR LAMPIRAN

1	Daftar pertanyaan kuesioner penelitian	59
2	Uji Korelasi Spearman karakteristik individu dengan literasi keuangan digital, kontrol diri, perilaku <i>doom spending</i> , dan stres finansial	64