

Analisis Hubungan Antara Manajemen Keuangan Pribadi, Pengeluaran Bulanan, dan Tingkat Stress Finansial pada Mahasiswa

Maria Yovita R Pandin¹, Ayu Dwi Jayanti², Fitri Dwi Anggraini³, Gita Lidyawati Safitri⁴, Raga Herma Pranata⁵

Program Studi Akuntansi, Fakultas Ekonomi & Bisnis, Universitas 17 Agustus 1945, Surabaya, Indonesia

Email: yovita_87@gmail.com, jayantiayudwi@gmail.com, fitrifwi0803@gmail.com, gitawatisafitri@gmail.com, ragapranata64@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara manajemen keuangan pribadi, pengeluaran bulanan, dan tingkat stres keuangan di kalangan mahasiswa. Pendekatan yang digunakan dalam studi ini adalah kuantitatif dengan teknik survei melalui distribusi kuesioner. Peserta dalam studi ini terdiri dari mahasiswa yang terdaftar dalam program Akuntansi kelas malam di Untag Surabaya. Sebanyak 30 lulusan berpartisipasi dalam survei. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami pengeluaran bulanan yang tinggi dan kesulitan dalam mematuhi anggaran keuangan yang direncanakan. Banyak mahasiswa masih gagal untuk melacak pengeluaran harian mereka, yang berkontribusi pada peningkatan tingkat stres keuangan. Mayoritas responden menyatakan bahwa mengelola keuangan sangat penting untuk membantu mengurangi tingkat stres yang disebabkan oleh masalah keuangan. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara manajemen keuangan pribadi, pengeluaran bulanan, dan tingkat stres keuangan mahasiswa.

Kata kunci: *manajemen keuangan pribadi, pengeluaran bulanan, stres finansial.*

1. PENDAHULUAN

Stres merupakan kondisi psikologis yang timbul ketika seseorang menghadapi tekanan atau tuntutan yang dirasa melebihi kapasitas dirinya. Salah satu jenis stres yang paling umum dialami oleh individu, terutama generasi muda, adalah stres finansial. Stres finansial didefinisikan sebagai tekanan psikologis yang muncul akibat ketidakstabilan keuangan atau kesulitan dalam memenuhi kebutuhan ekonomi sehari-hari (Norvilitis et al., 2006). Kondisi ini seringkali menimbulkan dampak serius terhadap kesehatan mental, kemampuan mengambil keputusan, dan produktivitas individu, termasuk mahasiswa. Mahasiswa sebagai kelompok usia produktif yang sedang menempuh pendidikan tinggi berada dalam masa transisi dari ketergantungan finansial kepada kemandirian. Dalam fase ini, banyak dari mereka mulai menghadapi tanggung jawab mengelola pengeluaran pribadi, biaya pendidikan, hingga kebutuhan hidup harian. Ketidakmampuan dalam mengelola keuangan secara bijak dapat menimbulkan tekanan psikologis yang signifikan. Studi oleh Robb dan Sharpe (2009) menunjukkan bahwa mahasiswa yang tidak memiliki kebiasaan mengelola keuangan cenderung lebih rentan mengalami kecemasan, stres, dan bahkan depresi yang berkaitan dengan masalah finansial.

Manajemen keuangan pribadi menjadi kompetensi dasar yang sangat penting dimiliki oleh mahasiswa. Manajemen keuangan pribadi adalah proses mengelola pendapatan dan pengeluaran, merencanakan anggaran, menabung, serta membuat keputusan keuangan secara bijaksana untuk mencapai stabilitas finansial. Seiring meningkatnya kebutuhan hidup dan kompleksitas peran mahasiswa, terutama bagi mereka yang juga bekerja sambil kuliah, kemampuan ini menjadi semakin relevan.

Selain itu, pengeluaran bulanan menjadi aspek krusial yang tidak bisa diabaikan. Setiap mahasiswa memiliki variasi kebutuhan pengeluaran, baik yang mendasar seperti biaya pendidikan, transportasi, makanan, dan tempat tinggal, maupun yang tambahan seperti hiburan dan gaya hidup. Ketika pengeluaran bulanan tidak diimbangi dengan perencanaan dan pengelolaan keuangan yang baik, maka risiko stres finansial akan meningkat. Semakin besar pengeluaran tanpa pengelolaan yang baik, semakin tinggi pula kemungkinan terjadinya ketidakseimbangan keuangan yang bisa menyebabkan tekanan psikologis. Fenomena ini semakin nyata di kalangan mahasiswa Prodi Akuntansi Untag Surabaya, terutama di kelas malam angkatan 2023. Berdasarkan pengamatan dan wawancara awal, kebanyakan mahasiswa kelas malam bekerja pada siang hari untuk mendukung biaya pendidikan mereka. Mereka tidak hanya harus membagi waktu antara bekerja dan belajar, tetapi juga perlu mengelola keuangan agar cukup untuk memenuhi seluruh kebutuhan.

Permasalahan tersebut menunjukkan adanya urgensi untuk melakukan kajian ilmiah mengenai hubungan antara manajemen keuangan pribadi dan pengeluaran bulanan terhadap stres finansial yang dialami mahasiswa. Penelitian ini tidak hanya penting dari sisi akademik, tetapi juga memiliki implikasi praktis untuk pengembangan program literasi keuangan di lingkungan pendidikan tinggi. Dengan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi stres finansial, institusi pendidikan dapat merancang pelatihan atau modul manajemen keuangan yang tepat sasaran bagi mahasiswa.

Penelitian ini mengambil populasi seluruh mahasiswa Akuntansi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya kelas malam angkatan 2023, yang berjumlah 30 orang. Dengan jumlah populasi yang tidak besar dan dapat dijangkau sepenuhnya, metode yang diterapkan untuk pengambilan sampel adalah sampling jenuh, di mana setiap individu dalam populasi dijadikan sampel untuk studi ini. Pemilihan metode ini didasari oleh pemikiran bahwa populasi yang lebih kecil dan seragam akan lebih efisien dan tepat jika seluruh anggotanya dilibatkan. Oleh karena itu, hasil penelitian diharapkan dapat mencerminkan keadaan yang sebenarnya dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Melalui pendekatan yang berbasis angka, penelitian ini bertujuan untuk meneliti secara langsung hubungan antara kemampuan mahasiswa dalam mengatur keuangan pribadi, besaran pengeluaran bulanan mereka, serta tingkat stres finansial yang dirasakan. Hasil dari studi ini diharapkan bisa memberikan pemahaman yang jelas tentang kondisi psikologis mahasiswa terkait dengan beban keuangan yang mereka hadapi, serta menjadi dasar untuk merumuskan kebijakan peningkatan literasi keuangan di kampus. Selain itu, penelitian ini juga berkontribusi dalam pengembangan studi ekonomi perilaku, khususnya dalam konteks mahasiswa sebagai kelompok yang rentan terhadap tekanan finansial di tengah tuntutan akademis dan sosial yang semakin rumit.

Rumusan Masalah

1. Apakah ada keterkaitan yang berarti antara kemampuan mengelola keuangan pribadi dengan tingkat stres finansial pada kalangan mahasiswa?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara pengeluaran bulanan terhadap tingkat stres finansial pada mahasiswa?

3. Apakah terdapat hubungan antara manajemen keuangan pribadi dan pengeluaran bulanan terhadap tingkat stres finansial pada mahasiswa?

Tujuan Penelitian

1. Mengetahui hubungan yang terikat antara manajemen keuangan pribadi dan tingkat stres finansial yang dialami oleh mahasiswa.
2. Mengidentifikasi keterkaitan antara besarnya pengeluaran bulanan dan tingkat stres keuangan di kalangan mahasiswa.
3. Mengidentifikasi hubungan simultan antara manajemen keuangan pribadi dan pengeluaran bulanan terhadap stres keuangan mahasiswa.

2. KAJIAN LITERATUR

Manajemen keuangan pribadi merupakan suatu keterampilan penting yang berhubungan langsung dengan cara individu merencanakan, mengelola, dan mengendalikan arus kas pribadi untuk meraih sasaran keuangan baik dalam jangka waktu yang dekat maupun yang jauh. Menurut Lusardi dan Mitchell (2014), manajemen keuangan pribadi mencerminkan kemampuan seseorang dalam membuat keputusan keuangan secara rasional, efisien, dan berdasarkan informasi yang memadai. Kegiatan ini mencakup proses merancang anggaran, mencatat pemasukan dan pengeluaran, menabung, berinvestasi, serta mengelola utang secara bertanggung jawab. Garman dan Fogue (2015) menyatakan bahwa manajemen keuangan pribadi bukan hanya soal menghemat uang, tetapi juga bagaimana seseorang dapat mengalokasikan pendapatannya secara strategis untuk memenuhi kebutuhan hidup, mencapai stabilitas finansial, dan mempersiapkan masa depan.

Dalam konteks mahasiswa, kemampuan manajemen keuangan pribadi sangat krusial karena mahasiswa dihadapkan pada berbagai tanggung jawab keuangan, seperti membayar biaya kuliah, transportasi, tempat tinggal, makan, dan kebutuhan lainnya, dengan sumber pendapatan yang umumnya terbatas. Kim (2017) menambahkan bahwa mahasiswa yang memiliki kebiasaan merencanakan anggaran, mengontrol pengeluaran, dan memiliki dana darurat akan lebih siap dalam menghadapi keadaan finansial yang tidak diharapkan. Hal ini juga menjadi langkah awal untuk membangun kemandirian finansial sejak dini. Adapun lima komponen utama dari manajemen keuangan pribadi yang baik menurut Chen dan Volpe (1998) meliputi: perencanaan anggaran, pengendalian pengeluaran, tabungan, investasi, dan pengelolaan utang. Kombinasi kelima aspek ini diyakini berperan besar dalam menciptakan keseimbangan keuangan dan mengurangi risiko masalah finansial.

Salah satu elemen krusial dalam pengelolaan keuangan adalah keterampilan untuk mengatur pengeluaran setiap bulan. Pengeluaran yang dimaksud adalah total uang yang dikeluarkan secara rutin untuk mencukupi kebutuhan sehari-hari seseorang selama satu bulan. Pengeluaran ini dibagi menjadi dua kategori, yaitu pengeluaran tetap (seperti biaya pendidikan, sewa rumah, dan cicilan) serta pengeluaran variabel (seperti makanan, transportasi, rekreasi, dan belanja pribadi). Lusardi (2015) menegaskan bahwa tanpa adanya perencanaan dan pengendalian terhadap pengeluaran, individu cenderung mengalami ketidakseimbangan antara pemasukan dan pengeluaran, yang dapat menyebabkan defisit anggaran bahkan utang. Dalam studi oleh Lusardi dan Tufano (2015), ditemukan bahwa kurangnya kontrol atas pengeluaran dapat meningkatkan risiko kesulitan finansial dan menurunkan kesejahteraan subjektif individu.

Pada mahasiswa, pengeluaran bulanan seringkali dipengaruhi oleh faktor gaya hidup, tekanan sosial, kurangnya edukasi keuangan, serta tidak adanya kebiasaan mencatat

dan mengevaluasi pengeluaran. Menurut Norvilitis dan MacLean (2010), mahasiswa dengan pengeluaran tinggi namun tidak diimbangi dengan kontrol anggaran cenderung lebih rentan terhadap masalah finansial yang berujung pada tekanan psikologis. Ketidakteraturan dalam mengelola pengeluaran ini bisa memperparah kondisi stres finansial, apalagi bila tidak ada sumber pendapatan tambahan yang memadai. Oleh karena itu, keterampilan mengelola pengeluaran merupakan elemen penting dalam membangun ketahanan finansial pribadi.

Stres finansial adalah kondisi psikologis yang timbul akibat adanya tekanan dari masalah keuangan yang tidak seimbang antara kebutuhan dan kemampuan finansial individu. Norvilitis et al. (2006) mendefinisikan stres finansial sebagai perasaan cemas, tegang, atau tidak berdaya karena ketidakmampuan memenuhi tekanan ekonomi, baik untuk jangka waktu pendek maupun panjang. Pada mahasiswa, stres finansial sering kali disebabkan oleh biaya kuliah yang tinggi, keterbatasan sumber pendapatan, pengeluaran yang tidak terkontrol, dan gaya hidup yang konsumtif. Xue et al. (2019) menambahkan bahwa stres ini dapat berdampak signifikan terhadap kesehatan mental, menurunkan motivasi belajar, hingga mengganggu hubungan sosial mahasiswa.

Shim et al. (2009) menyatakan bahwa ada hubungan yang kuat antara stres finansial yang dialami mahasiswa dengan rendahnya kemampuan literasi keuangan serta perilaku keuangan yang kurang baik. Mahasiswa yang tidak terbiasa membuat catatan anggaran atau merencanakan keuangan dalam jangka pendek seringkali mengalami kecemasan yang lebih tinggi saat harus menghadapi kebutuhan mendesak atau tagihan yang tidak terduga. Dalam beberapa situasi, stres finansial ini dapat mendorong mahasiswa untuk mengambil langkah drastis seperti menjalin pinjaman tidak resmi atau bekerja terlalu keras sampai mengorbankan waktu untuk belajar. Penelitian yang dilakukan oleh Nugroho dan Fadila (2021) menunjukkan bahwa pengelolaan keuangan pribadi yang efektif dapat membantu menurunkan tingkat stres finansial. Mahasiswa yang mampu merencanakan keuangan dan mengatur pengeluaran cenderung merasa lebih tenang dan tidak cepat panik ketika terbentuk tekanan ekonomi. Selain itu, Hidayati dan Arumsari (2022) juga mengungkapkan bahwa mahasiswa yang rutin mencatat pengeluaran dan menyusun anggaran mengalami tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak melakukan.

Berdasarkan kajian pustaka, disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara manajemen keuangan individu, pengeluaran bulanan, dan tingkat stres keuangan yang dirasakan oleh mahasiswa. Pengelolaan keuangan yang tepat dan pengeluaran yang teratur adalah dua aspek penting untuk mencapai stabilitas finansial dan mencegah tekanan berlebih akibat tantangan ekonomi. Ulasan ini menjadi landasan teoritis untuk penelitian yang bertujuan menganalisis hubungan ketiga variabel tersebut secara empiris pada mahasiswa Akuntansi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya kelas malam tahun ajaran 2023.

3. METODE PENELITIAN

Dalam upaya memperoleh data yang relevan dan dapat mewakili kondisi sebenarnya di lapangan, penelitian ini menetapkan populasi dan sampel berdasarkan karakteristik tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Penentuan populasi dilakukan agar seluruh responden yang terlibat memiliki latar belakang dan pengalaman yang mendukung dalam mengungkap hubungan antara manajemen keuangan pribadi, pengeluaran bulanan, dan tingkat stres finansial. Sementara itu, teknik pengambilan sampel dilakukan secara sistematis dengan memperhatikan tingkat kesalahan yang dapat

diterima, sehingga data yang dikumpulkan dapat dianalisis secara statistik menggunakan bantuan aplikasi SPSS.

Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini mencakup semua mahasiswa dari Prodi Akuntansi di Untag Surabaya, terutama yang berada di kelas malam tahun angkatan 2023, dengan total sebanyak 30 orang. Populasi ini dipilih karena memiliki karakteristik unik, yakni kecenderungan telah memiliki penghasilan sendiri atau menjalani aktivitas ekonomi sembari menempuh pendidikan, sehingga relevan dalam konteks pengelolaan keuangan pribadi dan tekanan finansial yang dihadapi.

Sampel penelitian ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan persentase kesalahan sebesar 10%, sehingga didapatkan jumlah sampel yang representatif dari populasi. Teknik Pengambilan sampel dilakukan dengan cara yang terencana, berdasarkan kriteria berikut:

1. Mahasiswa aktif kelas malam angkatan 2023 pada Program Studi Akuntansi.
2. Memiliki atau pernah memiliki penghasilan pribadi, baik melalui pekerjaan tetap, paruh waktu, maupun beasiswa.
3. Bersedia mengisi kuesioner secara lengkap dan jujur.

Setelah diperoleh jumlah sampel, data dianalisis menggunakan software IBM SPSS untuk membantu visualisasi dan pengolahan statistik data.

Teknik Pengumpulan dan Instrumen Data

Metode pengumpulan informasi dalam studi ini dilakukan dengan menyebarkan daftar pernyataan tertutup kepada para responden. Instrumen ini menggunakan skala Likert lima poin, di mana responden diminta untuk menyatakan tingkat persetujuan mereka terhadap setiap pernyataan, mulai dari “*Sangat Tidak Setuju*” hingga “*Sangat Setuju*”. Skala ini digunakan untuk mengukur persepsi responden terhadap pernyataan-pernyataan yang berhubungan dengan variabel penelitian.

Instrumen kuesioner disusun berdasarkan indikator dari masing-masing variabel, yaitu :

1. Manajemen Keuangan Pribadi
2. Pengeluaran Bulanan
3. Tingkat Stres Finansial pada Mahasiswa

Setiap indikator pada instrumen kuesioner telah mengacu pada penelitian terdahulu yang telah divalidasi, sehingga dapat meningkatkan reliabilitas dan validitas data. Setelah data diperoleh, analisis dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson dengan bantuan IBM SPSS. Tujuan dari analisis ini adalah untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan antara tiga variabel yang diteliti.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 30 responden mahasiswa yang berasal dari Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Angkatan 2023 prodi akuntansi. Karakteristik responden disajikan pada tabel 1 yang menunjukkan distribusi responden berdasarkan jenis kelamin, umur, dan total pengeluaran.

Tabel 1. Karakteristik Demografis Responden Kelas Malam Akuntansi

Jenis Kelamin	Total
Laki – laki	5
Perempuan	25
<i>Grand Total</i>	30

Usia	Total
> 25	2
18 – 22	26
23 – 25	2
<i>Grand Total</i>	<i>30</i>

Pengeluaran	Total
> 2.000.000	12
> 500.000	1
1.000.000 - 1.500.000	5
1.500.000 - 2.000.000	1
500.000 - 1.000.000	11
<i>Grand Total</i>	<i>30</i>

Uji Korelasi Pearson

Uji korelasi Pearson dimanfaatkan dalam studi ini untuk mengukur seberapa besar hubungan antara dua variabel interval atau rasio, yaitu Manajemen Keuangan dan Tingkat Stres Finansial. Sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2017), angka korelasi dapat berkisar antara -1 hingga +1. Ketika nilai korelasi hampir mencapai +1, hal ini menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat kuat; jika nilainya mendekati -1, itu berarti terdapat hubungan negatif yang kuat; sedangkan jika nilainya mendekati 0, maka hubungan antara kedua variabel dianggap lemah atau bahkan tidak ada. Nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) < 0,05 menunjukkan bahwa hubungan tersebut signifikan secara statistik.

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi Pearson Hubungan antara Manajemen Keuangan dan Tingkat Stress Finansial
Correlations

Manaj_Keu	Person Correlation	Sig. (2-tailed)	N
Tingkat_Stress	.944**	.000	30

Sumber : *Output SPSS (2025)*.

Seperti terlihat pada Tabel 2 di atas, Hasil Statistik Uji korelasi Pearson mengindikasikan bahwa manajemen keuangan pribadi memiliki hubungan yang sangat erat dengan tingkat stres finansial, yang berarti semakin baik pengelolaan keuangan, maka semakin rendah tingkat stres finansial yang dialami. Nilai korelasi Pearson sebesar 0,944 mengindikasikan bahwa hubungan antara manajemen keuangan pribadi dan stres finansial berada pada kategori sangat kuat. Karena nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05, maka hubungan ini dinyatakan signifikan, sehingga pengelolaan keuangan yang baik berkaitan erat dengan rendahnya tingkat stres finansial mahasiswa. Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa semakin baik mahasiswa dalam mengelola keuangan pribadinya, maka kecenderungan mengalami stres finansial akan semakin rendah. Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat kuat dan signifikan antara kedua variabel. Oleh karena itu, kita dapat menyimpulkan bahwa jika pengelolaan keuangan oleh mahasiswa semakin baik, maka tingkat stres keuangan yang mereka alami cenderung lebih rendah, dan sebaliknya.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Pearson Hubungan antara Pengelolaan Dana dan Tingkat Stress Finansial
Correlations

Pengelolaan_Dana	Person Correlation	Sig. (2-tailed)	N
Tingkat_Stress	.617**	.000	30

Sumber : *Output SPSS (2025)*.

Berdasarkan Tabel 3 di atas, diperoleh nilai Korelasi Pearson sebesar 0,617 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000. Karena nilai korelasi tersebut lebih besar dari 0,60 dan nilai signifikansi kurang dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara Pengelolaan Dana dan Tingkat Stres Finansial. Dengan kata lain, semakin baik pengelolaan dana yang dilakukan oleh mahasiswa, semakin rendah tingkat stres finansial yang mereka alami.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Pearson Hubungan antara Manajemen Keuangan dan Pengelolaan Dana
Correlations

Tingkat_Stress	Person Correlation	Sig. (2-tailed)	Sum of Squares and Cross Products	N
Manaj_Keu	.944**	.000	35.200	30
Pengelolaan_Dana	.617**	.000	7.067	30

Sumber : *Output SPSS (2025)*.

Dalam tabel ini dianalisis hubungan antara Manajemen Keuangan dan Pengelolaan Dana terhadap Tingkat Stres Finansial. Interpretasi nilai koefisien korelasi mengikuti kategori menurut Sugiyono (2017), dan signifikansi ditentukan berdasarkan nilai Sig. (2-tailed) < 0,05.

Hasil analisis Tabel 4 di atas, ditemukan bahwa :

1. Nilai korelasi 0,944 antara manajemen keuangan dan tingkat stres finansial, serta nilai signifikansi 0,000, mengindikasikan bahwa semakin baik pengelolaan keuangan, maka semakin rendah tingkat stres finansial yang dialami mahasiswa.
2. Nilai korelasi 0,617 antara pengelolaan dana dan stres finansial, serta nilai signifikansi 0,000, menunjukkan bahwa semakin baik pengelolaan dana, maka semakin rendah tingkat stres finansial yang dialami mahasiswa.

Artinya, semakin baik manajemen keuangan dan pengelolaan dana yang dilakukan oleh mahasiswa, maka semakin rendah tingkat stres finansial yang dirasakan. Kedua variabel tersebut memiliki pengaruh signifikan dalam menjelaskan stres finansial mahasiswa.

Multiple Linear Regression

Untuk mengetahui sejauh mana manajemen keuangan pribadi dan pengeluaran bulanan mempengaruhi tingkat stres finansial mahasiswa, dilakukan analisis Multiple Linear Regression. Pengolahan data dilakukan melalui aplikasi SPSS, dan hasil lengkap dari analisis tersebut dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Multiple Linear Regression
Model Summary^b

Model	1
R	.949 ^a
R Square	.901
Adjusted R Square	.894
Std. Error of the Estimate	.37212
	R Square Change
	.901
	F Change
	.123.229
Change Statistics	df1
	2
	df2
	27
	Sig. F Change
	.000
Durbin-Watson	1.007

Sumber : *Output SPSS (2025)*.

Hasil analisis regresi linear berganda yang kami temukan ditunjukkan sebagai berikut :

1. Nilai koefisien konstanta sebesar 10,844 menunjukkan bahwa jika variabel Manajemen Keuangan Pribadi dan Pengeluaran Bulanan tidak berpengaruh atau bernilai nol, maka Tingkat Stres Finansial mahasiswa tetap berada pada angka 10,844. Ini berarti bahwa tanpa pengaruh dari kedua variabel bebas tersebut, mahasiswa masih memiliki tingkat stres finansial sebesar 10,844 satuan.
2. Nilai koefisien beta pada variabel Manajemen Keuangan Pribadi adalah -0,355. Angka ini menunjukkan bahwa jika Manajemen Keuangan Pribadi meningkat sebesar satu satuan, maka Tingkat Stres Finansial akan menurun sebesar 35,5%, dengan asumsi variabel lain konstan. Dengan kata lain, jika mahasiswa semakin mahir dalam mengatur keuangan pribadi mereka, maka tingkat stres terkait keuangan yang mereka rasakan akan semakin menurun. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh negatif atau hubungan terbalik antara Manajemen Keuangan Pribadi dan Stres Finansial.
3. Nilai koefisien beta untuk variabel Pengeluaran Bulanan adalah 0,197. Ini berarti bahwa jika Pengeluaran Bulanan bertambah satu unit, maka Tingkat Stres Finansial akan meningkat sebesar 19,7%, dengan asumsi variabel lain tidak berubah. Hasil ini mengindikasikan adanya kecenderungan bahwa peningkatan pengeluaran bulanan berkorelasi dengan meningkatnya tingkat stres finansial pada mahasiswa. Uji Regresi (F Test)

Dalam analisis regresi linier berganda, uji F digunakan untuk menguji hipotesis apakah variabel-variabel bebas yang digunakan dalam model secara simultan memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel terikat. Dalam konteks penelitian ini, variabel independennya adalah Pengelolaan Dana dan Manajemen Keuangan, sedangkan variabel dependennya adalah Tingkat Stres.

**Tabel 6. Hasil Uji Regresi (F Test)
ANOVA^a**

Model	Regression	Residual	Total
Sum of Squares	34.128	3.739	37.867
Df	2	27	29
Mean Square	17.064	0.138	
F	123.229		
Sig.	.000 ^b		

a. Dependent Variable: Tingkat_Stress

b. Predictors: (Constant), Pengelolaan_Dana, Manaj_Keu

Hasil pengujian pada tabel 6 menunjukkan bahwa nilai $F = 123,229$ dengan signifikansi $0,000$, sehingga dapat disimpulkan bahwa model regresi secara keseluruhan signifikan dan kedua variabel independen secara bersama-sama mempengaruhi tingkat stres finansial. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa Sum of Squares Regression sebesar $34,128$ dari total $37,867$ mengindikasikan bahwa sebagian besar variasi tingkat stres finansial dapat dijelaskan oleh manajemen keuangan pribadi dan pengeluaran bulanan.

Nilai Residual yang relatif kecil ($3,739$) menunjukkan bahwa model memiliki kemampuan prediksi yang baik. Rasio antara Mean Square Regression ($17,064$) dan Mean Square Residual ($0,138$) menghasilkan F hitung sebesar $123,229$ dengan signifikansi $0,000$, yang berarti model regresi ini signifikan secara statistik dan kedua variabel independen secara simultan berpengaruh terhadap tingkat stres finansial.

Uji Normalitas

Uji normalitas penting dilakukan untuk memastikan residual menyebar secara normal, karena salah satu asumsi pada regresi linear klasik menyatakan bahwa residual harus berdistribusi normal agar hasil analisis valid.

**Tabel 7. Hasil Uji Normalitas
Residuals Statistics^a**

	Predicted Value	Residual	Std. Predicted Value	Std. Residual
Minimum	.9892	-.87944	-1.608	-2.363
Maximum	4.9451	.34003	2.039	.914
Mean	2.7333	.00000	.000	.000
Std. Deviation	1.08481	.35906	1.000	.965
N	30	30	30	30

a. Dependent Variable: Tingkat_Stress

Sumber : *Output SPSS (2025)*.

Berdasarkan Tabel 7 (Residual Statistics), diperoleh hasil sebagai berikut :

1. Predicted Value menunjukkan nilai-nilai yang dihasilkan dari model regresi untuk memprediksi *Tingkat Stres*. Nilai minimum prediksi adalah 0,9892, sedangkan maksimum adalah 4,9451, dengan rata-rata (mean) sebesar 2,7333 dan standar deviasi sebesar 1,08481. Ini menunjukkan bahwa model menghasilkan prediksi dengan sebaran data yang cukup merata dan tidak ekstrem.
2. Residual adalah selisih antara nilai aktual dengan nilai prediksi. Nilai residual minimum adalah -0,87944, dan maksimum adalah 0,34003, dengan mean = 0,00000. Artinya, rata-rata selisih antara data aktual dan prediksi adalah nol, yang merupakan salah satu indikator distribusi normal.
3. Std. Predicted Value mencerminkan nilai prediksi yang telah distandarkan. Nilainya berkisar antara -1,608 hingga 2,039, dengan standar deviasi = 1, sesuai dengan standar normalisasi.
4. Std. Residual adalah residual yang telah distandarkan. Nilainya berkisar dari -2,363 hingga 0,914, dengan rata-rata = 0 dan standar deviasi = 0,965. Karena nilai std. residual masih berada dalam rentang ± 3 (yang dianggap normal), maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat outlier yang ekstrem dan residual menyebar normal.

Uji t (Signifikansi Parsial)

Pengujian ini digunakan untuk mengidentifikasi pengaruh keterkaitan secara parsial masing-masing variabel independen (Pengelolaan Dana dan Manajemen Keuangan) terhadap variabel dependen (Tingkat Stres).

Tabel 8. Hasil Uji t (Signifikansi Parsial)

Coefficient Correlations

Model		Pengelolaan_Dana	Manaj_Keu
1	Correlations	Pengelolaan_Dana	1.000
		Manaj_Keu	-.567
	Correlations	Pengelolaan_Dana	.059
		Manaj_Keu	.010

a. Dependent Variable: Tingkat_Stress

Sumber : *Output SPSS (2025)*.

Berdasarkan hasil uji t parsial, diperoleh bahwa nilai korelasi antara variabel Pengelolaan Dana dan Manajemen Keuangan sebesar -0,567. Nilai ini menunjukkan hubungan negatif dengan kekuatan sedang, namun masih berada di bawah ambang batas multikolinearitas (0,80). Dengan kata lain, model regresi ini tidak menunjukkan tanda-tanda adanya multikolinearitas, sehingga kedua variabel independen dapat digunakan secara simultan.

Secara individual, Manajemen Keuangan memiliki pengaruh signifikan terhadap Tingkat Stres Finansial, yang terlihat dari nilai signifikansi 0,010 (Sig. < 0,05). Sementara itu, Pengelolaan Dana tidak menunjukkan pengaruh signifikan secara individual karena nilai signifikansinya 0,059 (Sig. > 0,05).

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan pada penelitian mengenai “*Analisis Hubungan antara Manajemen Keuangan Pribadi, Pengeluaran Bulanan, dan Tingkat Stres Finansial pada Mahasiswa*”, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut yang sekaligus menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini :

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen keuangan pribadi terhadap tingkat stres finansial pada mahasiswa.
Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan nilai koefisien sebesar 0,944 dengan signifikansi 0,000, yang mengindikasikan hubungan yang sangat kuat dan signifikan secara statistik. Selain itu, uji regresi secara parsial menunjukkan bahwa manajemen keuangan pribadi berpengaruh signifikan terhadap stres finansial mahasiswa (nilai Sig. 0,010 < 0,05). Artinya, mahasiswa yang mampu mengelola keuangan pribadinya dengan baik cenderung mengalami tingkat stres finansial yang lebih rendah.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengeluaran bulanan terhadap tingkat stres finansial pada mahasiswa.
Hasil uji korelasi menunjukkan nilai korelasi sebesar 0,617 dengan signifikansi 0,000, yang berarti terdapat hubungan kuat dan signifikan antara pengeluaran bulanan dan tingkat stres finansial. Namun, pada uji regresi secara parsial, pengeluaran bulanan tidak berpengaruh signifikan secara individu terhadap tingkat stres finansial (nilai Sig. 0,059 > 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun secara umum terdapat korelasi, pengeluaran bulanan tidak secara langsung mempengaruhi stres finansial jika dilihat terpisah dari faktor lainnya.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen keuangan pribadi dan pengeluaran bulanan secara simultan terhadap tingkat stres finansial pada mahasiswa.
Hasil uji regresi linear berganda menunjukkan nilai R Square sebesar 0,901 dan nilai F hitung sebesar 123,229 dengan signifikansi 0,000, yang berarti kedua variabel secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap tingkat stres finansial. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kombinasi antara kemampuan mengelola keuangan pribadi dan tingkat pengeluaran bulanan sangat menentukan tinggi rendahnya stres finansial yang dirasakan oleh mahasiswa

REFERENSI

- Bandura, A. (2010). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman and Company
- Chen, H., & Volpe, R. P. (1998). An analysis of personal financial literacy among college students. *Financial Services Review*, 7(2), 107–128.
- Dew, J., & Xiao, J. J. (2011). The financial management behavior scale: Development and validation. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 22(1), 43–59.
- Ida, & Dwinta, C. Y. (2010). Pengaruh locus of control, financial knowledge, income terhadap financial management behavior. *Jurnal Bisnis dan Akuntansi*, 12(3), 131–144.
- Lusardi, A., & Mitchell, O. S. (2014). The economic importance of financial literacy: Theory and evidence. *Journal of Economic Literature*, 52(1), 5–44.
- Lusardi, A. (2015). Financial literacy skills for the 21st century: Evidence from PISA. *The Journal of Consumer Affairs*, 49(3), 639–659.
- Mien, N. T. N., & Thao, T. P. (2015). Factors affecting personal financial management behaviors: Evidence from Vietnam. *Proceedings of the Second Asia-Pacific Conference on Global Business, Economics, Finance and Social Sciences*, 1–16.

- Norvilitis, J. M., & Mendes-Da-Silva, W. (2013). Attitudes toward credit and finances among college students in Brazil and the United States. *Journal of Business Theory and Practice*, *1*(1), 132–151.
- Norvilitis, J. M., Szablicki, P. B., & Wilson, S. D. (2003). Factors influencing levels of credit-card debt in college students. *Journal of Applied Social Psychology*, *33*(5), 935–947.
- Nugroho, R. P., & Fadila, I. R. (2021). Pengaruh manajemen keuangan pribadi terhadap stres keuangan pada mahasiswa. *Jurnal Ilmu Ekonomi dan Sosial*, *12*(2), 174–181.
- 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.
- Prawira, F. H., & Septiani, L. (2021). Pengaruh financial literacy dan financial behavior terhadap financial stress mahasiswa di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis (JRMB)*, *6*(2), 143–152.
- Robb, C. A., & Woodyard, A. (2011). Financial knowledge and best practice behavior. *Journal of Financial Counseling and Planning*, *22*(1), 60–70.
- Sabri, M. F., & Juen, T. T. (2014). The influence of financial literacy, saving behavior, and financial management on retirement confidence among women working in the Malaysian public sector. *Asian Social Science*, *10*(14), 40–49.
- Shim, S., Barber, B. L., Card, N. A., Xiao, J. J., & Serido, J. (2010). Financial socialization of first-year college students: The roles of parents, work, and education. *Journal of Youth and Adolescence*, *39*(12), 1457–1470.
- Silvy, M., & Yulianti, N. (2013). Pengaruh perilaku keuangan, pengetahuan keuangan dan locus of control terhadap kinerja keuangan. *Jurnal Ilmu dan Riset Manajemen*, *2*(10), 1–17.
- Sina, I. D., & Winahju, W. (2019). Pengaruh literasi keuangan terhadap stres keuangan pada mahasiswa. *Jurnal Ilmu Ekonomi dan Sosial*, *9*(1), 1–9.
- Sujarweni, V. W. (2015). *Metodologi penelitian: Lengkap, praktis, dan mudah dipahami*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.