

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh literasi keuangan dan stres akademik terhadap pembelian kompulsif pada mahasiswa di Kota Kupang, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pengaruh Literasi Keuangan terhadap Pembelian Kompulsif

Hasil penelitian menunjukkan bahwa literasi keuangan memiliki pengaruh positif terhadap pembelian kompulsif dengan koefisien regresi sebesar 0,197. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi literasi keuangan seorang mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan mereka untuk melakukan pembelian kompulsif. Namun, pengaruh literasi keuangan terhadap pembelian kompulsif lebih rendah dibandingkan dengan stres akademik.

2. Pengaruh Stres Akademik terhadap Pembelian Kompulsif

Stress akademik memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap pembelian kompulsif dengan koefisien regresi sebesar 0,657. Artinya, mahasiswa yang mengalami tingkat stres akademik yang tinggi cenderung lebih terdorong untuk melakukan pembelian kompulsif sebagai bentuk pelampiasan emosional atau pengalihan dari tekanan akademik yang mereka alami.

3. Kontribusi Literasi Keuangan dan Stres Akademik terhadap Pembelian Kompulsif

Berdasarkan hasil analisis regresi, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,549 menunjukkan bahwa literasi keuangan dan stres akademik secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 54,9% terhadap perilaku pembelian kompulsif pada mahasiswa di Kota Kupang. Sisanya sebesar 45,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka saran yang diberikan adalah sebagai berikut

1. Stres akademik adalah masalah yang sering dialami oleh banyak pelajar terutama yang memiliki tuntutan tinggi dalam hal akademik. Untuk mengelolah stres akademik dengan baik seperti membuat jadwal belajar yang teratur, menyusun prioritas tugas, dan memberi waktu untuk istirahat guna menghindari rasa kewalahan. Selain itu menetapkan tujuan yang realistis sangat penting untuk mengurangi perasaan tidak siap atau takut gagal sehingga tidak membebani diri dengan target yang tidak dapat dicapai dalam waktu yang terbatas.
2. Pembelian kompulsif atau belanja impulsif bisa menjadi masalah yang merugikan secara finansial dan emosional, namun ada beberapa saran yang bisa membantu mengatasi masalah ini. Pertama penting untuk mengidentifikasi pemicu emosional yang mendorong keinginan untuk

berbelanja seperti stres, kebosanan atau kecemasan, dan mencari cara lain untuk menghadapinya, seperti berbicara dengan seseorang atau berolahraga. Kedua, membuat anggaran bulanan dapat membantu anda lebih sadar akan pengeluaran dan membatasi belanja yang tidak perlu, serta memprioritaskan pengeluaran untuk kebutuhan yang penting. Selain itu, dari belanja online secara berlebihan dengan tidak menyimpan data kartu kredit disitus belanja atau meluangkan waktu untuk berpikir sebelum membeli barang. Berlatih kesadaran dan kontrol diri juga sangat penting, seperti menanyakan pada diri sendiri apakah anda benar-benar membutuhkan barang tersebut atau hanya keinginan sesaat. Jika belanja kompulsif disebabkan oleh kebosanan atau stres, coba cari alternatif hiburan yang lebih sehat, seperti berkumpul dengan teman atau berolahraga menggunakan metode pembayaran yang lebih membatasi, seperti tunai atau debit, juga dapat membantu mengontrol pengeluaran. Terakhir, jika masalah ini sudah mengganggu kehidupan anda atau menyebabkan masalah keuangan, mencari bantuan seorang profesional, seperti psikolog atau konselor keuangan bisa menjadi langkah yang baik.