

HUBUNGAN KONTROL DIRI DAN GAYA HIDUP DENGAN PERILAKU KONSUMTIF PADA PEKERJA PENGGUNA E-MONEY DI JAWA TIMUR

Yunus Diyati Ma'ruf

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Psikologi, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

Rr. Amanda Pasca Rini

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Psikologi, Jl. Semolowaru No.45 Surabaya

Bawinda Sri Lestari

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Psikologi, Jl. Semolowaru No.45

Surabaya E-mail: yunusdiyati23@gmail.com

Abstract

Among workers in East Java using electronic money, self-control appears linked to how much they spend. With digital payments growing fast, buying things takes less effort this ease might weaken restraint. A total of 259 individuals took part, chosen deliberately based on their use of e-payments. Instead of narratives or interviews, numbers shaped the findings here. Not random chance but careful selection guided who was included. What drives spending? One clue lies in how people manage impulses when tapping a phone to pay. Information came from surveys on self-regulation, daily habits, and spending patterns. Analysis shows people with stronger self-discipline tend to spend less impulsively when using electronic money. Those who place more value on lifestyle image show greater tendencies to engage in high consumption. Results suggest how personal habits shape financial choices in modern payment environments. What one prioritizes day to day may influence their impulse to buy just as much as willpower does.

Keywords: self-control; lifestyle; consumptive behavior; workers; e-money

Abstrak

Studi ini mengamati keterkaitan antara kontrol diri serta gaya hidup terhadap tindakan belanja berlebihan di kalangan pegawai yang memakai e-money di Jawa Timur. Dengan maraknya pembayaran digital, aktivitas membeli jadi lebih cepat namun juga membuka celah bagi kebiasaan konsumsi impulsif lantaran rasa ragu saat bayar mulai pudar. Metode yang digunakan bersifat numerik, bertujuan melihat sejauh mana variabel saling berkait. Sebanyak 259 responden yang merupakan pekerja aktif pengguna dompet digital turut ambil bagian, mereka dipilih secara sengaja sesuai kriteria tertentu dari wilayah setempat. Data dikumpulkan lewat tiga instrumen: skala kontrol diri, pola hidup, serta kebiasaan belanja. Ternyata, ada korelasi kuat namun terbalik antara kemampuan mengendalikan diri dengan kecenderungan konsumsi berlebih semakin seseorang bisa menahan dorongan, semakin jarang ia bertindak impulsif saat membelanjakan uang secara digital. Di sisi lain, pola hidup yang cenderung boros justru sejalan lurus dengan peningkatan perilaku konsumtif, artinya orang dengan standar hidup lebih tinggi sering kali lebih mudah tergoda untuk membeli hal-hal non-esensial. Hasil tersebut menyiratkan bahwa dua faktor ini pengaturan diri dan cara menjalani hidup turut membentuk pola pengeluaran para pekerja yang bergantung pada dompet elektronik. Akhirnya, kesadaran atas kedua elemen itu tampak menjadi salah satu kunci utama dalam mencegah pembelanjaan berlebihan di tengah maraknya transaksi tanpa uang tunai.

Kata kunci: kontrol diri; gaya hidup; perilaku konsumtif; pekerja; e-money

Pendahuluan

Teknologi keuangan mengubah cara orang melakukan pembayaran, terutama dengan adanya uang elektronik. Transaksi lewat gawai kini lebih cepat ketimbang harus membayar pakai uang fisik. Di negeri ini, pemakaian dompet digital naik drastis dalam beberapa tahun terakhir. Data BI memperlihatkan angka belanja via e-money tembus Rp38,7 triliun di 2021, lalu melesat jadi Rp177,1 triliun setahun sesudahnya. Lonjakan berlanjut hingga capai Rp366,3 triliun pada 2023. Angka-angka itu menyiratkan bahwa alat bayar digital bukan lagi pilihan sampingan. Bagi banyak kalangan, termasuk para pencari nafkah harian, transaksi non-tunai sudah menjadi rutinitas sehari-hari.

Alih-alih uang tunai, sistem bayar digital mengubah bukan cuma metode transaksi namun ikut membentuk ulang pola belanja orang per orang. Transaksi cepat lewat ponsel atau kartu justru membuat seseorang kurang banyak mikir sebelum klik bayar. Akibatnya, jumlah beli harian naik drastis meskipun niat awal tidak ingin boros. Perasaan rugi saat keluar uang jadi tak terasa tajam jika tidak melihat lembaran fisik hilang dari dompet. Fenomena ini dalam studi perilaku disebut dengan rasa sakit membayar yang menyusut. Menurut penjelasan Prelec dan Loewenstein tahun 1998, rasa itu biasanya muncul sebagai rem alami agar orang tidak kalap belanja. Namun begitu teknologi pembayaran mengaburkan sensasi itu, batas kontrol diri pun sering ikut kabur.

Soal ini mulai banyak dibicarakan di kalangan tenaga kerja. Mereka mendapat uang secara berkala, lalu menaruhnya dalam bentuk saldo yang bisa dicairkan kapan pun lewat perangkat digital. Uang yang selalu tersedia begitu saja membuat orang jadi lebih gampang mengeluarkannya tanpa benar-benar merasa sedang membelanjakan sesuatu. Akibatnya, aktivitas belanja sering dipengaruhi rasa ingin langsung puas atau dorongan spontan saat itu juga. Beberapa riset membuktikan bahwa cara bayar lewat layar terkait erat dengan pola belanja berlebihan, apalagi bila ada tawaran potongan harga, uang kembali, atau hadiah tambahan (Ramadhan dkk., 2016; Dewi dkk., 2021). Tawaran-tawaran seperti ini menjadikan perasaan sebagai alasan utama seseorang membeli barang, bukan karena butuh.

Tidak setiap karyawan punya pola belanja yang serupa. Faktor batin seperti pengaturan diri turut membentuk cara seseorang membelanjakan uang. Menurut Baumeister dan Heatherton (1996), pengaturan diri adalah kapasitas pribadi untuk menahan dorongan, perasaan, juga tindakan demi mencapai target jangka panjang. Orang yang lemah dalam mengatur diri biasanya bertindak cepat tanpa pertimbangan serta kesulitan menunda rasa puas, menjadikannya lebih mudah tergoda untuk konsumsi berlebih terutama saat dihipnotis tekanan pekerjaan maupun hasrat memberi hadiah pada diri sendiri. Data lalu menyebut adanya kaitan terbalik antara kontrol diri dan gaya konsumsi, bahkan teramati kuat pada mereka yang rajin pakai dompet digital (Anggreini & Mariyanti, 2014; Isnawati dkk., 2024).

Tidak hanya soal kendali diri, pola hidup turut membentuk kebiasaan belanja yang berlebihan. Dengan fokus pada kenikmatan sesaat, tampil beda, serta butuh dihargai oleh orang lain, seseorang justru terdorong membeli banyak barang agar tetap dianggap relevan secara sosial (Kotler & Keller, 2016). Bagi pegawai yang menggunakan uang elektronik, kehidupan seperti ini makin gampang direalisasikan

sebab proses bayar bisa dilakukan kapan saja tanpa rasa sungkan atau hambatan langsung. Temuan penelitian lalu menyebut bahwa gaya hidup tertentu berkait erat dengan kecenderungan boros, artinya mereka yang sangat peduli pada gaya hidup cenderung lebih sering membeli barang mendadak bahkan melebihi kebutuhan (Anggraini dkk., 2019; Anggaretta dkk., 2025).

Tidak semua riset mempertimbangkan bagaimana gaya hidup dan kontrol diri bekerja bersama saat seseorang menggunakan uang elektronik. Banyak studi lalu lebih sering melihat pola di kalangan pelajar atau pembeli biasa, bukan mereka yang sudah bekerja dengan penghasilan tetap. Orang kantoran punya tuntutan unik yang tidak selalu muncul dalam data konsumen acak. Di daerah Jawa Timur, kebiasaan membayar lewat aplikasi digital semakin melekat pada rutinitas harian pegawai. Namun, sedikit sekali telaah yang menempatkan tekanan kerja dan gaya hidup sebagai variabel inti dalam satu bingkai analisis. Faktanya, hampir tak ada eksplorasi menyeluruh soal interaksi dua hal ini meski penggunaannya merata.

Dari gambaran tadi, studi ini ingin melihat bagaimana kontrol diri serta pola hidup memengaruhi kebiasaan belanja berlebihan di kalangan pegawai yang pakai uang elektronik di Jawa Timur. Fokusnya adalah menelaah apakah tingkat kendali terhadap diri sendiri berkait erat dengan pola pembelian impulsif, begitu pula dengan cara seseorang menjalani hidup sehari-hari.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menganalisis hubungan antara kontrol diri dan gaya hidup dengan perilaku konsumtif pada pekerja pengguna e-money. Desain korelasional dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antarvariabel tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel yang diteliti.

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 259 pekerja pengguna e-money yang berdomisili di wilayah Jawa Timur. Partisipan dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria pekerja yang aktif menggunakan e-money dalam aktivitas transaksi sehari-hari. Teknik ini digunakan agar partisipan sesuai dengan karakteristik yang dibutuhkan dalam penelitian.

Instrumen penelitian terdiri atas tiga skala psikologis, yaitu skala kontrol diri, skala gaya hidup, dan skala perilaku konsumtif. Ketiga instrumen disusun dalam bentuk skala Likert dengan beberapa alternatif jawaban yang mencerminkan tingkat persetujuan responden terhadap pernyataan yang diberikan. Skala kontrol diri digunakan untuk mengukur kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan dan perilaku, skala gaya hidup digunakan untuk mengukur orientasi gaya hidup individu, sedangkan skala perilaku konsumtif digunakan untuk mengukur kecenderungan perilaku pembelian yang berlebihan dan tidak terencana.

Uji validitas instrumen dilakukan menggunakan korelasi Product Moment, sedangkan uji reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh item pada ketiga skala memiliki nilai koefisien korelasi di atas nilai r -tabel sehingga dinyatakan valid. Uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha pada masing-masing skala berada di atas 0,70, sehingga instrumen penelitian dinyatakan reliabel dan layak digunakan.

Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment untuk menguji hubungan antara kontrol diri dan gaya hidup dengan perilaku konsumtif. Analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak statistik untuk memperoleh hasil pengujian yang akurat dan sistematis.

Hasil

Hasil penelitian ini mengungkap hubungan antara kontrol diri, gaya hidup, dan perilaku konsumtif pada pekerja pengguna e-money di Jawa Timur dengan perilaku konsumtif secara simultan, serta uji parsial (uji t) untuk mengetahui hubungan masing-masing variabel independen terhadap perilaku konsumtif.

Tabel 1 Hasil Uji Regresi Linier Berganda (Uji Simultan)

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Kontrol Diri Gaya Hidup – Perilaku Konsumtif	1254,683	0,000	Sangat signifikan

Berdasarkan Tabel 1, hasil uji regresi linier berganda menunjukkan bahwa kontrol diri dan gaya hidup secara simultan berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumtif pada pekerja pengguna e-money di Jawa Timur ($F = 1254,683$; $p < 0,01$). Dengan demikian, hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima.

Pengujian selanjutnya dilakukan untuk mengetahui besarnya kontribusi kontrol diri dan gaya hidup terhadap perilaku konsumtif. Hasil koefisien determinasi disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2 Koefisien Determinasi (R Square)

Variabel	R Square
Kontrol Diri Gaya Hidup – Perilaku Konsumtif	0,907

Nilai R Square sebesar 0,907 menunjukkan bahwa kontrol diri dan gaya hidup secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 90,7% terhadap perilaku konsumtif, sedangkan sebesar 9,3% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

Pengujian hipotesis kedua dan ketiga dilakukan secara parsial menggunakan uji t untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independen terhadap perilaku konsumtif. Hasil uji parsial disajikan pada Tabel 3.

Tabel 2 Koefisien Determinasi (R Square)

Variabel Independen	t	Sig.	Arah Pengaruh
Kontrol Diri – Perilaku Konsumtif	-37,819	0,000	Negatif
Gaya Hidup – Perilaku Konsumtif	7,225	0,000	Positif

Berdasarkan Tabel 3, kontrol diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap

perilaku konsumtif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki pekerja pengguna e-money, maka semakin rendah kecenderungan perilaku konsumtif. Sebaliknya, gaya hidup berpengaruh positif dan signifikan terhadap perilaku konsumtif, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi gaya hidup, semakin tinggi kecenderungan perilaku konsumtif pada pekerja pengguna e-money di Jawa Timur.

Pembahasan

Studi ini ingin melihat bagaimana kontrol diri serta gaya hidup memengaruhi kebiasaan belanja berlebihan di kalangan karyawan pemakai uang elektronik di Jawa Timur. Ternyata, kedua faktor itu baik sendiri-sendiri maupun bersama-sama terbukti cukup kuat membentuk pola konsumsi mereka. Yang jelas adalah meskipun transaksi digital makin mudah, dorongan dari dalam diri dan kebiasaan sehari-hari turut menentukan sikap saat menggunakan uang.

Pengujian regresi linear ganda mengungkapkan bahwa kontrol diri bersama gaya hidup punya dampak nyata pada perilaku konsumtif bila dilihat secara bersamaan. Kontribusi besar dari dua faktor itu menunjukkan pola belanja tak selalu datang dari satu sisi, melainkan lahir dari tarik-menarik antara kendali atas dorongan serta pilihan gaya hidup seseorang. Hasil penelitian turut memberi dasar kuat: metode bayar digital semacam e-money bisa mendorong konsumsi cepat jika disertai rendahnya kesadaran diri atau ketidakseimbangan dalam membentuk rutinitas harian. Ini sesuai dengan gagasan Prelec dan Loewenstein (1998), yang menyebut transaksi tanpa uang tunai sering membuat rasa sakit saat membayar menjadi lebih redup, akibatnya orang jadi kurang peka terhadap jumlah uang yang keluar.

Dari sudut pandang statistik, daya tahan pribadi tampaknya mengurangi kecenderungan belanja berlebihan. Ternyata, pegawai yang bisa mengendalikan diri lebih baik biasanya tidak mudah tertarik pada godaan beli cepat, bahkan saat diskon besar atau bayar satu kali klik tersedia. Mereka punya pola pikir yang lebih fokus pada prioritas daripada nafsu sesaat. Kemampuan seperti itu bekerja dari dalam, membentuk batas bagi tindakan supaya tetap menuju sasaran hidup jauh ke depan. Konsep ini merujuk pada pemahaman Baumeister dan Heatherton (1996), di mana kontrol diri adalah kunci untuk melawan tarikan instan yang bisa mengacaukan rencana lama. Data lapangan turut mencerminkan hasil studi Anggreini dan Mariyanti (2014), begitu pula Siallagan dkk. (2020), yang sepakat bahwa orang dengan kendali diri lemah lebih sering terjebak siklus konsumsi berlebih.

Pada pekerja yang pakai uang elektronik, kemampuan mengendalikan diri punya peranan besar uang masuk terus-menerus lalu disimpan sebagai saldo digital sering bikin dorongan belanja makin kuat. Saat kendali atas diri sendiri menurun, pertimbangan sebelum membeli cenderung dilewatkan, alih-alih fokus pada kenikmatan instan saat transaksi. Akibatnya, pengeluaran bisa membengkak tanpa direncanakan, risiko bagi kondisi keuangan mereka pun naik. Di tengah perkembangan teknologi finansial, menjaga disiplin pribadi justru jadi

penyeimbang utama terhadap kebiasaan konsumsi yang impulsif.

Tidak hanya soal mengendalikan diri, cara seseorang menjalani hariannya turut membentuk pola belanja mereka secara nyata. Hasil penelitian menyiratkan bahwa karyawan yang mengedepankan hiburan, tampilan pribadi, serta penghargaan dari orang lain umumnya lebih sering membeli barang di luar keperluan pokok. Pola hidup yang terdiri dari rutinitas, hal yang diminati, dan pandangan pribadi inilah yang menjadi dasar dalam membuat keputusan saat berbelanja (Kotler, 2009). Mereka yang mengejar kenikmatan sesaat atau atribut yang memberi kesan mapan biasanya tertarik pada produk karena dorongan emosional, bukannya pertimbangan fungsional semata.

Tanpa perlu uang tunai, e-money bikin belanja jadi lebih ringkas alhasil gaya hidup makin kuat membentuk pola konsumsi. Transaksi yang lancar dan instan mengurangi rasa ragu saat membeli sesuatu. Diskon atau tawaran online pun cepat menarik perhatian. Pola semacam ini kerap muncul di kalangan usia muda yang aktif bekerja. Hasil studi sebelumnya oleh Anggraini dan Santoso (2017), juga Afriani dkk. (2021), mendukung temuan tersebut: orang dengan orientasi hedonis cenderung lebih sering belanja impulsif.

Pekerja yang sering memakai uang elektronik cenderung mengeluarkan uang berlebihan terutama saat kendali diri mereka lemah dan fokus pada kenikmatan sesaat. Faktor kenyamanan dalam membayar pakai ponsel turut mendorong pola belanja impulsif di kalangan tenaga kerja urban. Dalam kondisi seperti ini, dorongan dari lingkungan sosial bisa membuat kebiasaan finansial semakin tidak stabil. Mengasah kemampuan menahan godaan tampaknya jauh lebih efektif dibanding sekadar membatasi akses teknologi. Kesadaran akan pola hidup juga harus ikut diperhitungkan, bukan hanya soal pendapatan atau diskon harian. Tanpa pemahaman dasar tentang arus kas, alat pembayaran digital malah bisa menjadi sarana pelarian dari tanggung jawab keuangan. Pendidikan tentang pengelolaan uang sehari-hari punya tempat penting supaya penggunaan dompet digital tidak selalu berujung pada tekanan ekonomi.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa kontrol diri dan gaya hidup memiliki keterkaitan yang signifikan dengan perilaku konsumtif pada pekerja pengguna e-money di Jawa Timur. Secara simultan, kedua variabel tersebut berkontribusi secara signifikan terhadap munculnya perilaku konsumtif. Secara parsial, semakin kuat kontrol diri seseorang, semakin jarang ia tergoda membeli sesuatu secara impulsif ini artinya ada hubungan yang berlawanan arah. Namun lain cerita jika bicara tentang gaya hidup; makin seseorang peduli pada penampilan, tren, atau kesenangan instan, makin besar peluang mereka untuk boros. Dari situ bisa disimpulkan, dorongan belanja tak selalu datang dari kemudahan transaksi digital saja. Faktor dalam seperti sikap pribadi dan rutinitas sehari-hari pun ikut menarik kendali.

Temuan studi ini menyiratkan bahwa pegawai yang pakai uang elektronik

sebaiknya belajar lebih sabar saat berbelanja, terutama ketika transaksi jadi cepat dan banyak tawaran menarik yang bisa picu dorongan beli spontan. Cara membentuk kendali diri tak harus rumit cukup dengan membuat rencana keuangan yang realistis, latihan memilah mana yang benar-benar dibutuhkan dan mana sekadar ingin punya, lalu coba biasakan menunggu beberapa hari sebelum akhirnya membeli sesuatu. Tidak hanya itu, pola hidup yang tenang dan seimbang perlu ditumbuhkan, tanpa merasa harus boros demi terlihat sukses di depan orang lain atau mengisi rasa sedih lewat belanja. Untuk riset mendatang, akan lebih berguna jika mengeksplor faktor-faktor tambahan seperti pemahaman soal uang, tekanan dari dunia maya, atau cara seseorang mengatur emosi, juga memperbanyak variasi partisipan supaya hasilnya mencerminkan kondisi nyata konsumsi di tengah arus digital yang deras.

Referensi

1. Afriani, D., Indriayu, M., & Santoso, A. (2021). Gaya hidup *brand minded* dan harga diri terhadap perilaku konsumtif pada karyawan frontliner perbankan baru. *Jurnal Psikologi Terapan*, 5(2), 45–56.
2. Anggraini, D., Pratiwi, R., & Lestari, S. (2019). Fenomena gaya hidup hedonisme dan pengaruhnya terhadap perilaku konsumtif di kalangan remaja. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 8(1), 23–34.
3. Anggreini, F., & Mariyanti, S. (2014). Hubungan antara kontrol diri dan perilaku konsumtif pada mahasiswi Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 35–44.
4. Assael, H. (1984). *Consumer behavior and marketing action*. Kent Publishing Company.
5. Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan validitas*. Pustaka Pelajar.
6. Baumeister, R. F., & Heatherton, T. F. (1996). Self-regulation failure: An overview. *Psychological Inquiry*, 7(1), 1–15.
7. Dewi, A. (2021). Penggunaan e-money di Indonesia dan dampaknya terhadap perilaku konsumtif. *Jurnal Ekonomi Digital Indonesia*, 3(2), 67–78.
8. Fromm, E. (2017). *To have or to be?* Bloomsbury Publishing.
9. Ghufroon, M. N., & Risnawita, S. (2010). *Teori-teori psikologi*. Ar-Ruzz Media.
10. Islamia, N., & Purnama, T. (2022). Kontrol diri dan perilaku konsumtif mahasiswa di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 6(3), 88–96.
11. Kotler, P. (2009). *Manajemen pemasaran*. Erlangga.
12. Kotler, P., & Keller, K. L. (2018). *Marketing management* (15th ed.). Pearson

Education.

13. Prelec, D., & Loewenstein, G. (1998). The red and the black: Mental accounting of savings and debt. *Marketing Science*, 17(1), 4–28. <https://doi.org/10.1287/mksc.17.1.4>
14. Siallagan, A., Hutagalung, R., & Simanjuntak, D. (2021). Self-control dan perilaku konsumtif pada mahasiswa di era digitalisasi. *Jurnal Psikologi*, 9(1), 30–41.
15. Tambunan, T. (2001). *Perilaku konsumtif: Teori dan realitas sosial*. Refika Aditama.
16. Alandete, J., Pérez-Delgado, E., & Marco, J. (2019). Meaning in life, psychological well-being, and death anxiety in the elderly. *International Journal of Psychology*, 54(1), 74–82. <https://doi.org/10.1002/ijop.12428>
17. Heisel, M. J., & Flett, G. L. (2016). Meaning in life and well-being among older adults: Implications for intervention. *Clinical Gerontologist*, 39(5), 377–393. <https://doi.org/10.1080/07317115.2016.1182956>
18. Krause, N., & Hayward, R. D. (2015). Prayer, meaning in life, and feelings of anxiety in late life. *Journal of Anxiety Disorders*, 29, 92–101. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2014.11.004>
19. Lukita, R. (2022). The role of meaning in life in reducing death anxiety among HIV/AIDS patients. *Indonesian Journal of Health Psychology*, 5(2), 45–54. <https://doi.org/10.7454/ijhp.v5i2.124>
20. Martínez, M., & García, J. (2021). Psychological well-being and existential concerns in the elderly. *Aging & Mental Health*, 25(7), 1274–1281. <https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1765302>
21. Purwaningsih, D. (2024). The inguence of psychological well-being on death anxiety in the elderly. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 12(1), 55–64. <https://doi.org/10.1234/jpp.v12i1.567>
22. Risnawati, R., & Al Falaq, M. (2022). Psychological well-being and coping strategies among elderly during COVID-19 pandemic. *Jurnal Psikologi Sosial*, 20(3), 211–223. <https://doi.org/10.7454/jps.v20i3.897>
23. Siahaan, Y. (2020). Meaning in life and death anxiety among the elderly in nursing
24. *Kesehatan Mental*, 9(1), 12–22.
25. Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2018). Positive psychology and the search for meaning in life. *Journal of Positive Psychology*, 13(6), 509–517. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1484935>
26. Tomer, A., & Eliason, G. T. (2016). Existential perspectives on death anxiety and aging. *Omega: Journal of Death and Dying*, 73(1), 3–23.

<https://doi.org/10.1177/0030222815575282>

27. Wong, P. T. P. (2020). Existential positive psychology and meaning-centered interventions. *Frontiers in Psychology*, 11, 1247.
28. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01247>
29. , I. D. (2017). *Staring at the sun: Overcoming the terror of death*. San Francisco: Jossey-Bass.
30. Zhang., Peng, J., & Li, T. (2019). mediation model. *Journal of Happiness Studies*, (8), 2545–2563. <https://doi.org/10.1007/s10902-018-0056-8>