

PARADIGMA *THRIVING* VS *SURVIVING*: PERAN LITERASI KEUANGAN DAN PERENCANAAN JANGKA PANJANG DALAM MENTRANSFORMASI KUALITAS HIDUP KELUARGA

Oleh:

Febriawan Ardi Nugroho

Fakultas Ekonomi, Universitas Soerjo

Email: febriawanardinugrohosemm@gmail.com

ABSTRACT

This study analyzes the roles of Financial Literacy (FL) and Long-Term Planning (LTP) in transitioning families from a "surviving" to a "thriving" paradigm. Using a Systematic Literature Review (SLR), the research develops a conceptual model to enhance Family Quality of Life (FQL).

The results reveal a paradigmatic dichotomy: the "surviving" paradigm is characterized by reactive management and "present bias," while the "thriving" paradigm reflects proactive resilience and long-term well-being. Findings indicate that Financial Literacy serves as a cognitive foundation to mitigate behavioral biases, while Long-Term Planning acts as a strategic mechanism that predicts financial resilience more effectively than income level alone. Their synergy reduces financial stress, allowing families to reallocate cognitive resources toward self-development and social interaction.

The study concludes that literacy triggers transformation while planning sustains it. Policy recommendations include integrating financial education with professional coaching and developing behaviorally-friendly financial products to support sustainable household resilience.

Keywords: *Financial Literacy, Long-Term Planning, Thriving, Surviving, Household Quality of Life.*

A. Pendahuluan

Stabilitas ekonomi makro seringkali tidak serta merta diterjemahkan menjadi kesejahteraan mikro di tingkat rumah tangga. Krisis global, inflasi, dan perubahan pekerjaan yang cepat telah menciptakan lanskap risiko baru, memaksa kita untuk meninjau ulang definisi ketahanan keuangan keluarga. Kondisi yang kita kenal sebagai Paradigma *Surviving*, dicirikan oleh manajemen keuangan yang reaktif. Keluarga dalam kondisi ini hidup dari gaji ke gaji (*paycheck to paycheck*), memiliki kerentanan tinggi terhadap guncangan tak terduga (misalnya sakit atau kehilangan pekerjaan), dan cenderung mengabaikan instrumen proteksi. Mereka berfokus pada pemenuhan kebutuhan hari ini, menganggap utang konsumtif sebagai solusi, dan terperangkap dalam lingkaran stres finansial yang memengaruhi kesehatan mental dan kualitas hubungan keluarga. Sebaliknya, cita-cita kita adalah Paradigma *Thriving*. Ini adalah keadaan di mana keluarga tidak

hanya bertahan, tetapi juga berkembang. *Thriving* diartikan sebagai memiliki kemampuan adaptasi dan resiliensi finansial untuk mengejar tujuan hidup, mendanai pendidikan anak, menyiapkan masa pensiun yang nyaman, dan bahkan memberikan kontribusi sosial. Transisi dari *Surviving* ke *Thriving* bukan hanya soal besarnya pendapatan, melainkan soal kecakapan dalam mengelola risiko dan visi masa depan.

Transformasi fundamental ini berakar pada Literasi Keuangan. Literasi bukan sekadar pengetahuan tentang produk perbankan, melainkan kemampuan untuk memahami informasi, membuat keputusan yang tepat, dan mengambil tindakan konstruktif. Studi-studi (Lusardi & Mitchell, 2014) telah berulang kali menunjukkan korelasi signifikan antara literasi keuangan yang rendah dan tingkat utang yang tinggi serta akumulasi aset yang minim. Literasi adalah "vaksin" yang memberikan keluarga kekebalan terhadap penyakit keputusan finansial yang buruk. Literasi saja tidak

cukup tanpa Perencanaan Jangka Panjang. Perencanaan jangka panjang adalah manifestasi paling nyata dari *Thriving mindset*. Ini melibatkan pergeseran fokus dari kebutuhan mendesak saat ini menuju tujuan strategis masa depan. Perencanaan ini mencakup penetapan tujuan pensiun, dana pendidikan, dan mitigasi risiko melalui asuransi. Perencanaan jangka panjang adalah kompas yang memastikan kapal keluarga tidak hanya bertahan dari badai (*Surviving*), tetapi juga berlayar menuju pelabuhan kemakmuran yang telah ditetapkan (*Thriving*).

Meskipun pentingnya literasi dan perencanaan telah diketahui, terdapat kesenjangan yang lebar (*gap*) antara pemahaman teoretis dan implementasi praktis di tingkat rumah tangga Indonesia. Survei OJK tahun 2025 masih menunjukkan rendahnya tingkat literasi dan inklusi yang belum merata. Masyarakat umum cenderung fokus pada solusi finansial jangka pendek dan instan, mengabaikan disiplin dan kalkulasi yang diperlukan untuk perencanaan 20 hingga 30 tahun ke depan. Kesenjangan inilah yang menghambat mayoritas keluarga untuk bertransformasi dari *Surviving* ke *Thriving*.

1. Ketahanan Keuangan (Financial Resilience)

Ketahanan keuangan didefinisikan sebagai kemampuan rumah tangga untuk menyerap guncangan finansial, seperti kehilangan pekerjaan, sakit mendadak, atau krisis ekonomi) sambil mempertahankan atau dengan cepat kembali ke tingkat kesejahteraan normal (Poon et al., 2021). Konsep ini melampaui sekadar likuiditas; ia mencakup kapasitas adaptif dan restoratif (Dew, 2008). Klapper, L., dan Lusardi, A. (2019) mendefinisikan ketahanan finansial sebagai kemampuan untuk menahan peristiwa kehidupan yang berdampak pada pendapatan dan / atau aset seseorang. Danes (2014) mendefinisikan ketahanan keuangan keluarga sebagai suatu bentuk kemampuan untuk bertahan dan menghadapi suatu peristiwa kehidupan yang berdampak pada pendapatan keluarga dan/atau aset rumah tangga. Pandin, Maria Yovita R. et al., (2023) menjelaskan bahwa kapasitas ketangguhan adalah kemampuan untuk

mengatasi kesulitan hidup dan setiap orang memiliki kapasitas ketangguhan yang bervariasi tergantung pada latar belakang dan pengalaman hidupnya, yang dapat digunakan jika diperlukan. Ada lima karakteristik utama ketangguhan dalam perilaku, yaitu positif, fokus, fleksibel, terstruktur, dan proaktif.

McKnight & Rucci, (2020), mengatakan ketahanan finansial adalah kemampuan untuk pulih lebih cepat dari guncangan ekonomi yang dihadapi oleh suatu rumah tangga. Nguyen, et.,al.(2022) menemukan bahwa ketahanan finansial bermanfaat dalam menghadapi krisis dan dalam mencapai tujuan finansial. Ketahanan finansial mencakup dari kemampuan untuk menghadapi kondisi ekonomi yang menantang, keadaan keuangan yang tidak terduga, dan kemampuan untuk dapat keluar dari masalah keuangan yang melanda. Untuk bertahan melalui fase ini, seseorang harus memiliki pemahaman tentang konsep keuangan dan mampu dalam merencanakan dan mengelola keuangan.

Berbara, et al., (2017) Ketahanan keuangan memiliki manfaat yang besar untuk menghadapi krisis. Namun di sisi lain seseorang harus memiliki kemampuan untuk dapat merencanakan dan mengelola keuangan dengan baik untuk dapat bertahan terhadap krisis. Selain itu dibutuhkan juga pengetahuan keuangan yang baik agar pengelolaan keuangan menjadi semakin baik dengan menempatkan uang sesuai dengan pos-pos yang telah sesuai. Walker, B. et al., (2012) menjelaskan *resilience* merupakan ketahanan sistem untuk beradaptasi dan bertransformasi untuk melestarikan fungsinya. Walker, B. et al., (2004) juga menyampaikan bahwa kriteria finansial umumnya dipertimbangkan sebagai alat ukur yang paling tepat bagi keberhasilan usaha. Manusia atau masyarakat yang dapat berhasil menanggapi perubahan lingkungan dan menjaga fungsionalitas menunjukkan bahwa komunitas tersebut memiliki resiliensi yang tinggi. Dalam resiliensi, kemampuan adaptasi adalah kapasitas dari masyarakat dalam sebuah sistem sosial-ekologis untuk membangun resiliensi melalui aksi-aksi kolektif, sedangkan transformabilitas adalah kapasitas masyarakat untuk mengkreasi

suatu sistem sosial-ekologis baru secara fundamental ketika kondisi ekologis, sosial, dan ekonomi yang ada tidak mampu lagi menopang sistem. Ketahanan sebagai kapasitas suatu sistem untuk menyerap gangguan dan mengatur ulang sambil menjalani perubahan sedemikian rupa pada dasarnya masih mempertahankan fungsi, struktur, identitas, dan umpan balik. Pengukuran ketahanan keuangan keluarga menggunakan konsep tiga kapasitas, yaitu adaptif, absorptif, dan transformatif. Berikut penjelasan konsep tiga kapasitas, yaitu;

a) Adaptif

Adaptabilitas adalah kapasitas pelaku dalam suatu sistem untuk memengaruhi ketahanan. Kapasitas adaptif setara dengan kemampuan manusia untuk mengelola ketahanan keuangan. Ciri khas sistem adaptif yang kompleks adalah pengorganisasian diri dan didominasi oleh perilaku manusia individu secara keseluruhan. Kapasitas adaptif secara luas di definisikan sebagai kemampuan dari sistem sosial ekologi (atau komponen dari sistem itu) untuk menjadi kuat terhadap gangguan dan mampu menanggapi perubahan. Penilaian kapasitas adaptasi bergantung pada Sumber daya ekonomi (*financial*), ketersediaan teknologi dan informasi, kemampuan pelaku adaptasi, pengelolaan, dan kinerja.

b) Absorptif

Mendefinisikan absorptif sebagai kemampuan untuk mengubah pengetahuan eksternal menjadi sebuah inovasi. Kapasitas absorptif membutuhkan pengetahuan yang sudah ada maupun pengetahuan baru yang baru. Kapasitas absorptif memiliki peran penting dalam proses inovasi karena keluarga yang lebih tinggi kapasitas absorptif cenderung mudah menyesuaikan kondisi internal dengan perubahan lingkungannya, untuk mengeksplorasi peluang bahkan solusi, dan memanfaatkan inovasi untuk memenuhi kebutuhannya. Inovasi telah dianggap sebagai kemampuan untuk mengembangkan ketahanan keuangan yang mampu bertahan dari gejolak keuangan yang terjadi atau kemampuan untuk menggunakan teknologi yang ada

untuk menemukan solusi baru atau untuk memperbaiki yang sudah ada.

c) Transformatif

Transformatif merupakan kemampuan untuk menciptakan lanskap stabilitas baru seperti itu dikenal sebagai transformabilitas atau kemampuan untuk menciptakan hal baru yang belum pernah dicoba untuk mengembangkan cara hidup baru ketika struktur ekologi, ekonomi, atau sosial yang ada menjadi tidak dapat dipertahankan. transformasi akan menekankan kebaruan, keragaman, dan organisasi dalam modal manusia dan keragaman jenis fungsional (jenis pendidikan, keahlian, dan pekerjaan); kepercayaan, kekuatan, dan keragaman dalam institusi; kecepatan dan jenis komunikasi lintas skala, baik dalam maupun antara sistem lain di tempat lain.

2. Paradigma *Surviving*

Paradigma *Surviving* merepresentasikan keadaan kerentanan finansial yang tinggi (*Financial Vulnerability*). Rumah tangga dalam kondisi ini dicirikan oleh:

- a. Orientasi Waktu Pendek yaitu Keputusan keuangan didorong oleh kebutuhan mendesak saat ini (*present bias*) tanpa mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang.
- b. Ketiadaan *Buffer* Keuangan yaitu keadaan keluarga yang tidak memiliki dana darurat yang cukup untuk menutupi minimal tiga hingga enam bulan biaya hidup, sesuai dengan rekomendasi standar (Lusardi & Mitchell, 2014).
- c. Utang Konsumtif Agresif yaitu keluarga yang memiliki rasio utang terhadap pendapatan yang tidak sehat, dengan porsi signifikan digunakan untuk konsumsi non-produktif (misalnya pinjaman *online* atau kartu kredit), yang menciptakan lingkaran stres dan tekanan (Gudmunson & Danes, 2011).

3. Paradigma *Thriving*

Paradigma *Thriving* berfokus pada Kesejahteraan Finansial (*Financial Well-being*). Berbeda dengan *Surviving*, *Thriving* adalah kondisi di mana individu:

- a. Keluarga mampu sepenuhnya untuk memenuhi kewajiban finansial saat ini dan merasa aman akan masa depan (CFPB, 2015).
- b. Keluarga memiliki fleksibilitas untuk mengejar tujuan hidup yang berkontribusi pada kebahagiaan (Xiao & Porto, 2017).
- c. Keluarga Proaktif dalam Manajemen Risiko yaitu terlihat dari penggunaan instrumen proteksi (asuransi) dan investasi untuk memastikan aset tumbuh melampaui laju inflasi.

Transisi dari *Surviving* ke *Thriving* memerlukan perubahan struktural dan perilaku yang sistematis, dari reaktif menjadi proaktif (Dew, 2008).

4. Literasi Keuangan (Financial Literacy)

Literasi keuangan adalah pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri yang diperlukan untuk membuat keputusan keuangan yang cerdas (OECD/INFE, 2018). Lusardi dan Mitchell (2014) mendefinisikan literasi keuangan berdasarkan tiga konsep dasar: pemahaman inflasi, diversifikasi risiko, dan nilai waktu uang (*Time Value of Money*). Peran utama Literasi Keuangan adalah sebagai fondasi kognitif dalam pengambilan keputusan. Individu yang memiliki literasi keuangan tinggi cenderung:

- a. Menghindari Utang Berbiaya Tinggi dalam hal ini terlihat dari kemampuan memahami dan menghitung bunga majemuk dan APR (*Annual Percentage Rate*), sehingga terhindar dari jebakan utang (Lusardi & Mitchell, 2014).
- b. Berpartisipasi dalam Pasar Keuangan. Hal ini lebih memungkinkan untuk berinvestasi dalam aset berisiko yang menghasilkan pengembalian lebih tinggi, misalnya saham atau reksa dana dibandingkan dengan sekadar menabung di rekening giro.
- c. Mengurangi Bias Perilaku, literasi membantu mengidentifikasi dan memitigasi bias seperti present bias (mengutamakan kepuasan segera) dan anchoring (terpaku pada informasi awal yang mungkin menyesatkan) (Perry & Morris, 2005).

5. Perencanaan Jangka Panjang (*Long-Term Financial Planning*)

Perencanaan Jangka Panjang adalah proses sistematis dalam menetapkan tujuan keuangan di masa depan (misalnya pensiun, pendidikan anak) dan merumuskan langkah-langkah implementasi, termasuk penganggaran, investasi, dan manajemen risiko, untuk mencapai tujuan tersebut (Kim & Garman, 2004). Perencanaan Jangka Panjang berfungsi sebagai jembatan strategis antara literasi (pengetahuan) dan *thriving* (hasil):

- a. Mengukur tujuan yaitu dengan mengubah tujuan yang samar menjadi kebutuhan dana yang terukur, misalnya dengan menghitung *Future Value*. *Future Value* (FT) adalah nilai dari sejumlah uang di masa depan, yang dihitung berdasarkan investasi saat ini, tingkat suku bunga, dan periode waktu tertentu.
- b. Menciptakan disiplin yaitu dengan cara melakukan perencanaan jangka panjang menciptakan disiplin anggaran dengan memprioritaskan alokasi dana untuk investasi masa depan dibandingkan dengan pengeluaran diskresioner saat ini.
- c. Proteksi Aset yaitu dengan mengintegrasikan manajemen risiko melalui produk asuransi (jiwa, kesehatan, properti) yang sangat vital dalam mempertahankan aset dari guncangan tak terduga (Goodwin & O'Neill, 2006).

6. Kualitas Hidup Keluarga (*Family Quality of Life*)

Kualitas Hidup adalah konsep multidimensi yang mencakup kesejahteraan fisik, mental, sosial, dan ekonomi (Diener et al., 2009). Dalam konteks keluarga, kualitas hidup sangat dipengaruhi oleh Kesejahteraan Finansial. Ketika keluarga berada dalam kondisi stres finansial (*Surviving*), hal itu dapat mengganggu fungsi keluarga, meningkatkan konflik, dan menurunkan kesehatan mental (Gudmunson & Danes, 2011). Sebaliknya, *Thriving* menciptakan lingkungan yang stabil, memungkinkan keluarga untuk fokus pada tujuan non-finansial, yang secara substansial meningkatkan kualitas hidup.

7. Penelitian Terdahulu

Kajian ini meninjau studi-studi terkait mulai dari tahun 2010-2025 yang

fokus pada interaksi antara literasi, perencanaan, dan resiliensi/kesejahteraan keluarga, menunjukkan perkembangan isu dan mengidentifikasi *research gap*.

Literasi Keuangan dan Kesejahteraan: Peran Mediasi Perilaku

Kajian empiris internasional secara konsisten menunjukkan bahwa hubungan antara literasi keuangan dan kesejahteraan finansial tidak bersifat langsung, melainkan dimediasi oleh variabel perilaku dan praktik manajemen keuangan.

- a. D'Aurizio dan Panetta (2020), dalam penelitian yang diterbitkan di *Journal of Behavioral and Experimental Finance*, menguji hubungan antara literasi keuangan, bias perilaku, dan keputusan investasi rumah tangga di Italia. Temuan utama mereka menegaskan bahwa literasi keuangan yang tinggi secara signifikan mengurangi dampak bias perilaku, seperti *overconfidence* dan *herding*) pada keputusan investasi. Dengan kata lain, Literasi Keuangan berfungsi sebagai peredam (*buffer*) kognitif yang memungkinkan individu untuk membuat keputusan yang lebih rasional dan terukur. Hal ini vital dalam transisi menuju *Thriving*, karena *Thriving* dicirikan oleh investasi yang terencana dan bukan spekulasi yang didorong oleh emosi atau *herd mentality* yang menjadi ciri *Surviving*.
- b. Penelitian oleh O'Connor, O'Shea, dan Hanley (2021), yang menganalisis data dari survei lintas negara yang besar, secara eksplisit menguji peran literasi keuangan sebagai prediktor utama praktik perencanaan keuangan formal. Mereka menemukan bahwa literasi keuangan yang kuat tidak hanya meningkatkan kepercayaan diri, tetapi juga secara signifikan meningkatkan probabilitas rumah tangga untuk membuat dan meninjau rencana keuangan jangka panjang secara rutin. Studi ini secara analitis memperkuat argumentasi penelitian ini: Literasi Keuangan adalah prasyarat yang menginisiasi aksi nyata Perencanaan Jangka Panjang sebuah tindakan proaktif yang menjadi esensi dari Paradigma *Thriving*.

Perbandingan antara D'Aurizio dan Panetta (2020) yang berfokus pada mitigasi bias (*micro-level decision*) dan O'Connor et al. (2021) yang berfokus pada praktik perencanaan (*macro-level behavior*) menunjukkan sinergi peran Literasi Keuangan pada 1) Penguatan Rasionalitas dimana literasi memberikan filter kognitif untuk keputusan mikro (investasi), mengurangi risiko yang membuat keluarga terperangkap dalam *Surviving* (D'Aurizio & Panetta, 2020) dan inisiasi proaktivitas pada Literasi memicu inisiasi Perencanaan Jangka Panjang, yang merupakan langkah terstruktur paling krusial untuk mencapai *Thriving* (O'Connor et al., 2021).

Temuan ini sangat penting karena menunjukkan bahwa literasi keuangan bukan hanya memberikan informasi, tetapi mengaktifkan peran mediasi perilaku yang esensial, yaitu mengubah individu dari subjek yang didorong oleh bias dan emosi menjadi subjek yang disiplin dalam Perencanaan Jangka Panjang. Inilah yang menjadi kunci untuk secara kolektif mentransformasi kualitas hidup keluarga.

Perencanaan Jangka Panjang dan Resiliensi: Bukti Empiris

Penelitian terdahulu kaitan dengan perencanaan jangka panjang dan resilience diambil dari penelitian Poon, Loke, dan Yiu (2021) dan Widiyanto dan Haryadi (2022), sebagai berikut:

- a. Poon, Loke, dan Yiu (2021) melakukan studi komprehensif di Singapura tentang penentu Ketahanan Keuangan Rumah Tangga (*Financial Resilience*). Mereka menemukan bahwa memiliki rencana keuangan formal adalah prediktor yang jauh lebih kuat terhadap resiliensi rumah tangga atau kemampuan pulih dari guncangan pendapatan dibandingkan dengan variabel demografi tradisional (pendapatan atau usia). Studi ini secara langsung mendukung studi empiris bahwa perencanaan jangka panjang adalah kunci operasional dari Paradigma *Thriving*.
- b. Widiyanto dan Haryadi (2022) fokus pada rumah tangga di pedesaan Indonesia dan menemukan bahwa kesadaran akan perencanaan pensiun dan proteksi asuransi berkorelasi positif

dengan tingkat stres keuangan yang lebih rendah. Ini menunjukkan bahwa meskipun rumah tangga pedesaan mungkin memiliki pendapatan yang lebih rendah, fokus pada perencanaan jangka panjang, seperti dana pensiun dan proteksi secara efektif mengurangi tekanan psikologis yang menjadi ciri khas *Surviving mindset* (Widiyanto & Haryadi, 2022).

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa fokus pada tujuan jangka panjang (pensiun) secara efektif mengurangi tekanan psikologis dan kerentanan ekonomi yang merupakan ciri khas *Surviving mindset*.

Peran *Financial Coaching* dalam Transformasi Perilaku Keuangan

Selain literasi dan perencanaan formal, efektivitas transisi dari *Surviving* ke *Thriving* sangat dipengaruhi oleh dukungan implementasi. Intervensi perilaku (*behavioural intervention*) seperti *financial coaching* atau *advisory* memainkan peran krusial dalam menutup kesenjangan antara pengetahuan dan tindakan.

- a. Chinen, Ooi, dan Lin (2020) dalam penelitiannya yang diterbitkan di *Journal of Financial Counseling and Planning* (terindeks Scopus) menguji dampak dari intervensi *financial advisory* terhadap peningkatan tabungan pensiun dan pengurangan utang pada rumah tangga. Mereka menemukan bahwa rumah tangga yang menerima saran atau *coaching* yang dipersonalisasi menunjukkan disiplin yang jauh lebih tinggi dalam mengalokasikan dana untuk tujuan jangka panjang (pensiun) dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya menerima materi edukasi.
- b. Al-Bahrani, Weese, dan Miller (2018) meninjau efektivitas intervensi pendidikan keuangan terhadap perubahan perilaku. Mereka menemukan bahwa pendidikan yang disertai dengan pembinaan (*coaching*) atau perencanaan yang dipersonalisasi memiliki dampak yang jauh lebih besar pada perubahan perilaku jangka panjang (seperti pengurangan utang dan peningkatan menabung) dibandingkan hanya penyampaian

informasi semata (literasi). Penelitian ini menggarisbawahi pentingnya Penerapan Perencanaan Jangka Panjang sebagai langkah *behavioural nudging* yang diperlukan untuk mewujudkan *Thriving*.

Penelitian terdahulu ini menunjukkan bahwa Perencanaan Jangka Panjang membutuhkan dukungan eksternal berkelanjutan untuk berhasil. *Coaching* membantu individu mengatasi hambatan psikologis (*self-control problems*) dan mengubah intensi (Literasi) menjadi kebiasaan alokasi dana yang teratur. Ini adalah mekanisme kunci untuk mengunci keluarga dalam Paradigma *Thriving*, karena keberhasilannya diukur dari kepatuhan terhadap rencana jangka panjang.

Analisis Kesenjangan Penelitian

Meskipun jalur kausal telah terverifikasi, studi yang ada memiliki keterbatasan yang memunculkan urgensi penelitian ini:

- a. Kesenjangan Konseptual Dikotomi yaitu penelitian terdahulu umumnya mengukur Kesejahteraan atau Ketahanan sebagai variabel linear tunggal. Belum ada kajian sistematis yang secara eksplisit menggunakan kerangka Paradigma *Thriving* vs *Surviving* sebagai lensa konseptual utama. Penelitian ini bertujuan mengisi kesenjangan ini dengan menganalisis bagaimana Literasi dan Perencanaan menjadi pemicu transisi dari reaktif (*Surviving*) menuju proaktif (*Thriving*).
- b. Kesenjangan Integrasi Variabel Kunci dimana Kebanyakan penelitian cenderung fokus secara tunggal misalnya, hanya fokus pada literasi keuangan atau hanya perencanaan jangka panjang. Kesenjangan muncul dalam kajian yang secara komprehensif mengintegrasikan peran Literasi Keuangan dan Perencanaan Jangka Panjang sebagai paket intervensi ganda untuk secara kolektif mentransformasi Kualitas Hidup Keluarga (KHK).
- c. Kesenjangan Kontekstual Indonesia dimana penelitian yang terfokus pada dikotomi *Surviving* vs *Thriving* dalam konteks spesifik rumah tangga Indonesia, di mana tantangan literasi, pinjol, dan inklusi keuangan masih

tinggi, masih terbatas dalam literatur internasional.

8. Pertanyaan Penelitian (*Research Question*)

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan studi literatur, pertanyaan penelitian dirumuskan untuk menggali dan menganalisis hubungan konseptual dan empiris antar variabel:

- Bagaimana Pengonseptualisasian Paradigma *Thriving* vs *Surviving* dapat dikonseptualisasikan sebagai kerangka transformasi untuk menilai Ketahanan Keuangan Keluarga?
- Bagaimana Literasi Keuangan dan Perencanaan Jangka Panjang berperan secara kolektif dan sinergis dalam mendorong transisi keluarga dari Paradigma *Surviving* menuju Paradigma *Thriving*?
- Bagaimana transisi Paradigma *Thriving* yang didorong oleh Literasi dan Perencanaan Jangka Panjang dapat dianalisis untuk mentransformasi Kualitas Hidup Keluarga di tingkat rumah tangga?

B. METODE PENELITIAN

1. Kerangka Pemikiran

Kerangka pemikiran ini menyajikan hubungan logis antara variabel-variabel penelitian berdasarkan landasan teori dan temuan penelitian terdahulu, yang secara spesifik mengarah pada transisi Paradigma *Thriving* vs *Surviving* dan peningkatan kualitas hidup keluarga.

Model Transformasi Paradigma

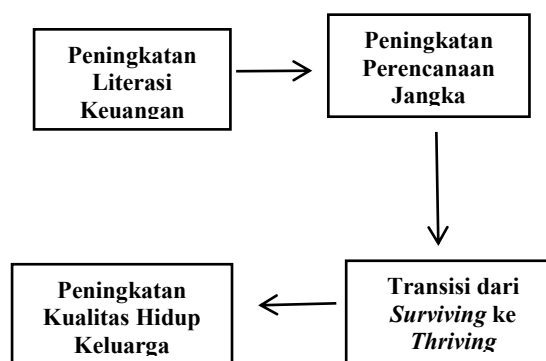
Transformasi Kualitas Hidup Keluarga (KHK) adalah hasil akhir dari peningkatan kemampuan kognitif dan perilaku yang berhasil memindahkan rumah tangga dari *Surviving* ke *Thriving*. Sinergi antara literasi keuangan dan perencanaan jangka panjang menciptakan mekanisme implementasi yang proaktif, mengubah pengetahuan menjadi tindakan yang terukur. Mekanisme ini secara efektif mendorong Transisi Paradigma dari *Surviving* (reaktif, rentan) ke *Thriving* (proaktif, stabil) (Poon et al., 2021).

Logika Kausalitas

Logika kausalitas adalah suatu prinsip yang menjelaskan hubungan sebab dan akibat antara dua peristiwa atau

fenomena, di mana satu kejadian menyebabkan atau memengaruhi kejadian lain sebagai akibat. Hal Ini merupakan konsep fundamental dalam berpikir kritis dan metode ilmiah, di mana suatu peristiwa yang terjadi dianggap sebagai konsekuensi langsung dari peristiwa lain yang mendahuluinya. Hubungan Logika penelitian ini digambarkan dalam alur sebagai berikut:

Gambar 2.1
Hubungan Logika Penelitian



Penjelasan dari alur diatas adalah sebagai berikut:

- Literasi Keuangan (LK) memberikan bekal kognitif yang memicu adopsi Perencanaan Jangka Panjang (PJP).
- PJP menjadi mekanisme operasional yang membangun resiliensi finansial rumah tangga, ditandai dengan kemampuan memitigasi risiko (asuransi) dan mengalokasikan aset produktif.
- Keberhasilan PJP mendorong Transisi Paradigma dari *Surviving* (hidup dalam tekanan) ke *Thriving* (hidup dalam stabilitas).
- Stabilitas Paradigma *Thriving* adalah prediktor kuat bagi peningkatan Kualitas Hidup Keluarga secara keseluruhan, mengurangi konflik dan stres.

2. Desain dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan jenis Studi Literatur Sistematis atau *Systematic Literature Review* (SLR). Pendekatan kualitatif dipilih karena tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengonseptualisasikan hubungan antar variabel—Literasi Keuangan, Perencanaan

Jangka Panjang, dan Kualitas Hidup Keluarga—dalam konteks Paradigma *Thriving vs Surviving*. Desain ini menekankan pada pemahaman mendalam terhadap konsep dan teori yang ada, bukan pada pengujian statistik data numerik (Creswell & Creswell, 2018).

Studi Literatur Sistematis (SLR) dipilih karena memungkinkan peneliti untuk:

- a. Mengidentifikasi, menilai, dan menyintesis semua bukti penelitian yang relevan dan tersedia mengenai peran Literasi Keuangan dan Perencanaan Jangka Panjang.

- b. Menjembatani *Research Gap* yang telah teridentifikasi, yaitu kurangnya kajian yang mengintegrasikan kedua variabel tersebut dalam kerangka dikotomi *Surviving vs Thriving*.

- c. Mengembangkan Kerangka Konseptual Baru (Model Transformasi Paradigma) yang kokoh berdasarkan konsensus dari temuan-temuan empiris terpercaya (Grant & Booth, 2009).

3. Operasionalisasi Konsep Penelitian

Operasional konsep penelitian dijabarkan dalam tabel yang dapat dilihat pada tabel berikut ini

Tabel 1
Operasional Konsep Penelitian

Konsep Kunci	Definisi Konseptual	Indikator Kualitatif Kunci	Relevansi Paradigma
Paradigma Surviving	Keadaan kerentanan finansial, manajemen keuangan yang reaktif, dan orientasi waktu yang pendek.	Tingkat utang konsumtif yang tinggi, ketiadaan dana darurat, stres keuangan tinggi, dan fokus pada kebutuhan mendesak (present bias).	Kondisi Awal : Kondisi yang harus diatasi.
Paradigma Thriving	Keadaan kesejahteraan finansial, resiliensi tinggi, kemampuan adaptif, dan orientasi waktu yang panjang.	Kepemilikan aset produktif, rasio proteksi yang memadai (asuransi), kepuasan finansial, dan kemampuan mencapai tujuan jangka panjang.	Kondisi Target : Tujuan transformasi.
Literasi Keuangan (LK)	Pengetahuan, keterampilan, dan keyakinan untuk membuat keputusan keuangan yang efektif.	Pemahaman konsep Time Value of Money, pemahaman inflasi, pemahaman risiko investasi, dan kemampuan menghitung bunga majemuk (Lusardi & Mitchell, 2014).	Instrumen Transformasi I: Fondasi kognitif untuk keputusan rasional.
Perencanaan Jangka Panjang (PJP)	Proses proaktif menetapkan tujuan keuangan masa depan dan merumuskan langkah implementasi (alokasi dana, investasi, proteksi).	Kepemilikan rencana pensiun formal, alokasi investasi bulanan yang konsisten, kepemilikan asuransi jiwa/kesehatan yang memadai, dan disiplin anggaran (O'Connor et al., 2021).	Instrumen Transformasi II: Aksi strategis yang memicu transisi paradigma.
Kualitas Hidup Keluarga (KHK)	Kondisi kesejahteraan psikologis, sosial, dan fisik yang dipengaruhi oleh stabilitas finansial.	Tingkat konflik keuangan yang rendah, kepuasan hubungan keluarga, dan tingkat stres yang rendah akibat isu keuangan	Hasil Akhir : Dampak dari keberhasilan transisi.

Konsep Kunci	Definisi Konseptual	Indikator Kualitatif Kunci	Relevansi Paradigma
		(Gudmunson & Danes, 2011).	

Untuk memastikan konsistensi dalam interpretasi dan analisis data literatur, konsep-konsep kunci dioperasionalkan sebagai berikut:

3. Jenis dan Sumber Data

Penelitian studi literatur ini bergantung sepenuhnya pada data sekunder yang bersumber dari karya-karya ilmiah yang telah dipublikasikan dan terverifikasi. Data yang digunakan adalah data kualitatif berupa teks naratif, temuan empiris, model konseptual, dan sintesis teori dari publikasi ilmiah. Fokus utama adalah pada argumen, interpretasi, dan hubungan kausalitas antar variabel yang diungkapkan oleh para peneliti sebelumnya. Sumber data dikelompokkan berdasarkan tingkat otoritas ilmiahnya:

a. Sumber Data Primer

Terdiri dari artikel penelitian empiris atau tinjauan sistematis yang secara langsung membahas hubungan antara Literasi Keuangan, Perencanaan Keuangan, dan Kesejahteraan/Resiliensi. Prioritas diberikan pada jurnal yang terindeks Scopus (Q1/Q2) dan Web of Science (WoS) dalam bidang Ekonomi, Keuangan, atau Ilmu Perilaku, yang diterbitkan dalam rentang waktu 2018–2025.

b. Sumber Data Sekunder

Berupa buku teks fundamental, laporan teknis dari institusi otoritatif internasional OECD, World Bank, laporan dari Otoritas Jasa Keuangan (OJK) terkait literasi dan inklusi, serta disertasi/tesis dari universitas bereputasi. Sumber sekunder digunakan untuk membangun landasan teori dan memberikan konteks data Indonesia.

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam SLR mengikuti protokol yang terstruktur dan transparan untuk memastikan replikasi dan minimalisasi bias seleksi.

Protokol Pencarian dan Seleksi (PRISMA Model Adaptasi)

Protokol pencarian dilakukan dalam tiga tahap:

a. Identifikasi (*Identification*):

- 1) Basis data yang digunakan adalah Scopus, Google Scholar, dan ScienceDirect untuk memastikan jangkauan artikel internasional yang luas.
- 2) Kata Kunci Utama (*Keywords*): Kombinasi kata kunci disusun menggunakan operator Boolean (AND, OR) dalam Bahasa Inggris, seperti: ("*Financial Literacy*" OR "*Financial Education*") AND ("*Long-Term Planning*" OR "*Retirement Planning*") AND ("*Financial Resilience*" OR "*Financial Well-being*") AND ("*Quality of Life*" OR "*Family Welfare*").

b. Penyaringan (*Screening*):

- 1) Kriteria Inklusi: (a) Publikasi dalam Bahasa Inggris atau Bahasa Indonesia; (b) Jurnal terindeks Scopus/WoS; (c) Tahun publikasi antara 2010–2025; (d) Fokus pada tingkat rumah tangga atau individu; (e) Membahas minimal dua dari tiga variabel utama (Literasi, Perencanaan, Resiliensi).
- 2) Kriteria Eksklusi: (a) Artikel yang hanya bersifat editorial atau *news reports*; (b) Artikel yang berfokus pada keuangan perusahaan (korporasi); (c) Artikel yang tidak menyediakan abstrak dan metodologi yang jelas.
- 3) Kesesuaian (*Eligibility*): Artikel yang lolos tahap penyaringan diunduh untuk dibaca penuh (*full-text review*). Penilaian kesesuaian difokuskan pada apakah temuan dan kesimpulan artikel secara eksplisit membahas hubungan kausal antara Literasi/Perencanaan dengan transisi Paradigma *Surviving* ke *Thriving*.

Ekstraksi Data

Data yang diekstraksi dari setiap artikel yang terpilih dicatat dalam Tabel Ekstraksi Data (Matriks SLR). Informasi yang diekstraksi meliputi:

- a. Penulis dan Tahun Publikasi (untuk sitasi)
- b. Judul Jurnal dan Indeks (Scopus Q-Rank)
- c. Metodologi Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif)
- d. Temuan Kunci (Korelasi, Hubungan Kausalitas, Efek Mediasi)
- e. Relevansi dengan Paradigma *Thriving vs Surviving*

5. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kualitatif SLR ini dilakukan melalui pendekatan Analisis Konten Tematik (*Thematic Content Analysis*) yang berjenjang, sesuai dengan tujuan pengembangan kerangka konseptual baru.

Tahapan Analisis Konten Tematik

- a. Penyandian Awal (*Initial Coding*) yaitu proses pembacaan mendalam terhadap temuan kunci dan kesimpulan dari semua artikel terpilih. Peneliti memberikan kode deskriptif untuk setiap unit informasi, Pengembangan
- b. Tema (*Developing Themes*) yaitu berupa Kode-kode yang serupa dan berulang dikelompokkan menjadi kategori atau tema yang lebih luas. Tiga tema utama yang akan dikembangkan adalah:
Tema 1: Pengonseptualisasian Paradigma *Thriving vs Surviving*
Tema 2: Peran Sinergis Literasi Keuangan dan Perencanaan Jangka Panjang.
Tema 3: Dampak Paradigma *Thriving* pada Kualitas Hidup Keluarga.
- c. Sintesis dan Interpretasi (*Synthesis and Interpretation*): Tahap ini merupakan jantung dari SLR. Peneliti menyintesis temuan dari berbagai artikel di bawah setiap tema, mencari kesamaan (*convergence*) dan perbedaan (*divergence*) argumen. Sintesis ini digunakan untuk:
 - 1) Menjawab Pertanyaan Penelitian .
 - 2) Mengembangkan Kerangka Konseptual Baru: Merumuskan model logis yang menunjukkan

alur kausalitas dari LK dan PJP menuju transisi *Surviving* ke *Thriving* dan peningkatan KHK.

Kredibilitas dan Reliabilitas (*Trustworthiness*)

Kualitas penelitian kualitatif ini dijamin melalui beberapa aspek *Trustworthiness* (Lincoln & Guba, 1985):

- a. Kredibilitas (*Credibility*)
Dicapai melalui penggunaan protokol SLR yang ketat dan transparan serta triangulasi sumber data, yaitu membandingkan temuan dari jurnal internasional bereputasi dengan laporan kontekstual OJK.
- b. Keteralihan (*Transferability*)
Dicapai dengan mendeskripsikan secara rinci konteks teoritis dan operasionalisasi konsep, sehingga temuan model transformasi ini dapat diterapkan dan diuji dalam konteks rumah tangga di negara berkembang lainnya.
- c. Ketergantungan (*Dependability*)
Dijamin melalui protokol pengumpulan data yang terstruktur dan dokumentasi yang jelas dari setiap tahapan penyaringan, sehingga proses ini dapat direplikasi oleh peneliti lain.
- d. Keterkonfirmasi (*Confirmability*)
Dicapai dengan memastikan bahwa interpretasi dan kesimpulan didasarkan pada dan ditelusuri kembali ke teks asli dan data yang diekstrak dari artikel-artikel terpilih.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Bagian ini menyajikan hasil sintesis tematik dari Studi Literatur Sistematis (SLR) yang dilakukan terhadap artikel - artikel ilmiah terindeks Scopus/Web of Science dan publikasi otoritatif lainnya, yang relevan dengan pertanyaan penelitian. Temuan disajikan berdasarkan tiga tema utama yang dikembangkan dari analisis konten tematik.

Research Question 1:
Pengonseptualisasian Paradigma *Thriving vs Surviving* dapat dikonseptualisasikan sebagai kerangka transformasi untuk menilai Ketahanan Keuangan Keluarga

Sintesis literatur mengonfirmasi bahwa Ketahanan Keuangan Keluarga (KKK) dapat secara efektif dikonseptualisasikan sebagai dikotomi paradigmatik, yaitu Paradigma *Surviving* melawan Paradigma *Thriving*.

a. Karakteristik Paradigma *Surviving*

Keluarga yang berada dalam paradigma *Surviving* dicirikan oleh tingkat kerentanan finansial yang tinggi (*financial vulnerability*). Secara empiris, kondisi ini dicerminkan oleh tiga indikator utama yang dominan dalam literatur:

- 1) Orientasi Waktu Pendek (*Present Bias*): Keputusan keuangan didominasi oleh keinginan untuk kepuasan instan dan mengabaikan konsekuensi jangka panjang (D'Aurizio & Panetta, 2020). Rumah tangga *Surviving* cenderung memilih imbalan kecil di masa kini daripada imbalan besar di masa depan.
- 2) Defisit Likuiditas dan Proteksi: Ketiadaan dana darurat yang setara minimal tiga bulan pengeluaran rutin dan kurangnya instrumen proteksi formal (asuransi kesehatan/jiwa). Menurut Lusardi dan Mitchell (2014), ini menjadikan rumah tangga sangat rentan terhadap guncangan pendapatan.
- 3) Utang Konsumtif Tidak Produktif: Pemanfaatan utang secara agresif untuk konsumsi (misalnya, pinjaman *online* atau utang kartu kredit) dengan sedikit atau tanpa aset yang dihasilkan. Gudmunson dan Danes (2011) mengaitkan utang semacam ini dengan peningkatan signifikan dalam stres dan konflik keluarga.

b. Karakteristik Paradigma *Thriving*

Sebaliknya, Paradigma *Thriving* merupakan wujud dari Kesejahteraan Finansial (*Financial Well-being*). Indikatornya melampaui sekadar jumlah aset, melainkan mencakup kualitas pengelolaan dan visi:

- 1) Resiliensi Terstruktur: Kemampuan untuk menyerap guncangan finansial dan kembali ke kondisi stabil dalam waktu singkat (Poon et al., 2021). Hal ini ditopang oleh *buffer* aset likuid dan strategi investasi yang terdiversifikasi.
- 2) Orientasi Jangka Panjang: Pengambilan keputusan didasarkan pada tujuan masa depan yang terukur (pensiun,

pendidikan anak), di mana pengorbanan konsumsi saat ini dilihat sebagai investasi untuk keamanan jangka panjang (Kim & Garman, 2004).

- 3) Pengurangan Stres Finansial: Tingkat kepuasan finansial yang tinggi (Xiao & Porto, 2017) dan penurunan konflik keuangan. Paradigma *Thriving* menunjukkan pergeseran dari manajemen krisis menjadi manajemen peluang.

Sintesis ini menunjukkan bahwa transisi dari *Surviving* ke *Thriving* adalah proses yang bersifat non-linear dan menuntut perubahan perilaku yang didukung oleh intervensi kognitif dan strategis.

Research Question 2: Literasi Keuangan dan Perencanaan Jangka Panjang berperan secara kolektif dan sinergis dalam mendorong transisi keluarga dari Paradigma *Surviving* menuju Paradigma *Thriving*

Temuan inti dari SLR menegaskan bahwa Literasi Keuangan (LK) dan Perencanaan Jangka Panjang (PJP) memiliki hubungan sinergis yang sangat kuat dalam mendorong transisi paradigma. LK dan PJP harus dipandang sebagai paket intervensi ganda untuk mencapai *Thriving*.

a. Literasi Keuangan sebagai Fondasi Kognitif (Inisiator)

Analisis mendalam terhadap literatur menunjukkan bahwa LK adalah syarat awal yang mengaktifkan kemampuan keluarga untuk keluar dari *Surviving*.

- 1) Peran mitigasi bias dari penelitian D'Aurizio dan Panetta (2020) secara empiris membuktikan bahwa literasi keuangan bertindak sebagai peredam yang mengurangi bias perilaku, seperti *overconfidence* atau *present bias*. Rumah tangga dengan literasi yang memadai lebih mampu memproses informasi risiko dan imbal hasil, yang merupakan langkah fundamental untuk menolak godaan utang konsumtif dan memulai menabung.
- 2) Pengenalan alat strategis dalam hal ini literasi keuangan menyediakan pemahaman tentang nilai waktu uang, inflasi, dan diversifikasi risiko (Lusardi & Mitchell, 2014). Pengetahuan ini menjadi katalisator yang mendorong

individu untuk mencari solusi Perencanaan Jangka Panjang (PJP), bukan sekadar solusi instan (misalnya, pinjol).

b. Perencanaan Jangka Panjang sebagai Aksi Strategis (Mekanisme Transformatif)

Perencanaan jangka panjang (PJP) adalah manifestasi perilaku dari Literasi Keuangan. Ia menjadi mekanisme utama yang mengunci rumah tangga ke dalam Paradigma *Thriving*.

- 1) Prediktor Resiliensi: Poon, Loke, dan Yiu (2021) menyajikan bukti kuat bahwa memiliki rencana keuangan formal adalah prediktor yang lebih andal terhadap resiliensi daripada tingkat pendapatan saja. Ini menegaskan bahwa disiplin (output dari PJP) lebih penting daripada hanya kapasitas (pendapatan).
- 2) Kepatuhan Perilaku: Penelitian oleh O'Connor, O'Shea, dan Hanley (2021) menunjukkan bahwa LK meningkatkan probabilitas pembuatan rencana, sementara studi Chinen, Ooi, dan Lin (2020) menunjukkan bahwa dukungan *advisory*, bentuk eksternal dari PJP sangat efektif dalam meningkatkan kepatuhan pada alokasi tabungan jangka panjang (pensiun). Hal ini menunjukkan bahwa PJP berfungsi sebagai kerangka akuntabilitas yang mengubah intensi baik menjadi kebiasaan yang terukur dan berkelanjutan.

Riset Question 3: Transisi Paradigma *Thriving* yang didorong oleh Literasi dan Perencanaan Jangka Panjang dapat dianalisis untuk mentransformasi Kualitas Hidup Keluarga di tingkat rumah tangga

Temuan SLR secara definitif mengaitkan transisi menuju Paradigma *Thriving* dengan peningkatan signifikan dalam Kualitas Hidup Keluarga.

- 1) Pengurangan Stres dan Konflik: Penelitian oleh Widiyanto, Haryadi, dan Santoso (2022) menemukan bahwa kesadaran PJP dan proteksi asuransi berkorelasi negatif dengan tingkat stres keuangan. Stabilitas finansial yang diciptakan oleh *Thriving* membebaskan

sumber daya kognitif keluarga dari kekhawatiran (*worry*) sehingga dapat dialokasikan untuk interaksi sosial dan pengembangan diri, yang merupakan komponen kunci KHK (Diener et al., 2009).

- 2) Peningkatan Kesejahteraan Subjektif: Xiao dan Porto (2017) menunjukkan bahwa kepuasan finansial (hasil dari *Thriving*) adalah prediktor kuat Kesejahteraan Subjektif secara keseluruhan. *Thriving* memungkinkan keluarga untuk mencapai tujuan yang bernilai, memberikan rasa kontrol dan otonomi yang fundamental bagi peningkatan KHK.
- 3) Mobilitas Intergenerasional: Keberhasilan *Thriving* di suatu generasi tidak hanya meningkatkan kualitas hidup orang tua, tetapi juga menghasilkan Warisan Kecakapan (Literasi) dan Warisan Modal (Investasi) yang meningkatkan peluang mobilitas ekonomi generasi berikutnya. KHK adalah hasil yang bersifat multi-generasi.

2. Pembahasan

Pembahasan ini mengintegrasikan hasil temuan SLR dengan landasan teori dan memperdalam makna praktis dari temuan tersebut dalam konteks Indonesia.

Literasi Keuangan sebagai Gerbang Rasionalitas

Temuan mengenai peran LK sebagai mitigasi bias perilaku (D'Aurizio & Panetta, 2020) sangat krusial dalam melawan Paradigma *Surviving* di Indonesia. Di tengah tingginya penetrasi *fintech* dan pinjaman *online* ilegal, risiko yang dihadapi rumah tangga bukan hanya risiko ekonomi, tetapi risiko informasi dan kognitif.

Literasi keuangan berfungsi sebagai filter rasional. Tanpa pemahaman mendalam tentang bunga majemuk dan biaya tersembunyi, rumah tangga akan terus menjadi mangsa produk keuangan yang merugikan. Oleh karena itu, edukasi LK harus bergeser dari sekadar "apa itu saham" menjadi "mengapa utang konsumtif jangka pendek mahal dan merusak tujuan jangka panjang." LK adalah pemantik internal yang memungkinkan rumah tangga mengambil langkah pertama yang paling sulit: menolak kepuasan instan dan memulai menabung.

Perencanaan Jangka Panjang: Dari Niat Baik Menjadi Aksi Terukur

Perdebatan dalam literatur seringkali terhenti pada fakta bahwa literasi yang tinggi tidak selalu menghasilkan tindakan yang benar. Kesenjangan antara niat dan perilaku inilah yang diatasi oleh Perencanaan Jangka Panjang (PJP). PJP mentransformasi niat menjadi mekanisme akuntabilitas. Ketika rumah tangga secara formal menetapkan tujuan pensiun dan pendidikan anak, PJP memaksa mereka untuk melakukan alokasi dana bulanan yang terstruktur. Temuan Poon et al. (2021) yang menempatkan PJP sebagai prediktor resiliensi terkuat menggarisbawahi bahwa strategi dan disiplin (PJP) lebih penting daripada kekayaan awal. PJP adalah penangkal utama terhadap *present bias* yang menjadi ciri *Surviving*. Ia memberikan kerangka waktu yang jelas, memaksa rumah tangga untuk menggunakan matematika keuangan (\$FV\$) guna mengukur besarnya pengorbanan saat ini (tabungan bulanan) demi tujuan besar di masa depan.

Transisi Paradigma dan Implikasi Kebijakan

Dalam konteks Indonesia, di mana data OJK menunjukkan masih adanya kesenjangan antara inklusi dan literasi, hasil penelitian ini memberikan implikasi kebijakan yang mendasak:

- 1) Integrasi intervensi ganda: dimana kebijakan pemerintah tidak boleh hanya fokus pada peningkatan literasi (pengetahuan) saja, tetapi harus diimbangi dengan dukungan implementasi Perencanaan Jangka Panjang. Program edukasi harus mencakup komponen *coaching* atau *advisory* (Chinen et al., 2020) yang membantu keluarga membuat rencana keuangan yang dipersonalisasi dan mengatasi hambatan perilaku.
- 2) Solusi *thriving* sebagai kebijakan kesejahteraan, dimana kesejahteraan finansial (Paradigma *Thriving*) harus dipandang bukan hanya sebagai hasil dari pertumbuhan ekonomi, melainkan sebagai instrumen stabilitas sosial. Dengan mengurangi stres dan konflik yang diakui oleh Gudmunson dan Danes (2011), transisi *Thriving* secara langsung mendukung program

peningkatan kualitas hidup keluarga dan modal manusia Indonesia.

- 3) Memperkuat Proteksi, dalam hal ini PJP harus didorong sebagai upaya mitigasi risiko terhadap sistem kesehatan yang rentan. Keluarga *Thriving* melindungi aset mereka dari bencana kesehatan melalui asuransi, mencegah guncangan yang dapat seketika menjerumuskan rumah tangga yang sudah stabil kembali ke kondisi *Surviving*.

Sintesis Akhir: Model Transformasi Kualitas Hidup

Secara keseluruhan, analisis ini menyimpulkan bahwa Transformasi Kualitas Hidup Keluarga diinduksi oleh perpindahan paradigma yang dimediasi oleh tindakan strategis. Model Transformasi Paradigma. Literasi Keuangan berperan sebagai pemicu kognitif, mengarah pada Perencanaan Jangka Panjang sebagai mekanisme perilaku. Keberhasilan implementasi PJP menghasilkan transisi ke Paradigma *Thriving* atau *ketahanan keuangan keluarga tinggi (KKK Tinggi)*, yang secara kausal meningkatkan Kualitas Hidup Keluarga secara keseluruhan.

Model ini menunjukkan bahwa Paradigma *Thriving* adalah variabel mediasi yang kuat antara input perilaku (LK dan PJP) dan hasil Kualitas Hidup Keluarga. Keluarga yang merencanakan dan disiplin tidak hanya mengamankan uang mereka, tetapi juga mengamankan kesehatan mental, keharmonisan, dan masa depan antar-generasi, yang merupakan definisi tertinggi dari Kualitas Hidup.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis Studi Literatur Sistematis, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Ketahanan Keuangan Keluarga dapat dikonseptualisasikan sebagai dikotomi Paradigma *Thriving* vs *Surviving*. Transisi dari *Surviving* (reaktif, rentan utang, stres tinggi) menuju *Thriving* (proaktif, resilient, kepuasan tinggi) adalah prasyarat fundamental bagi peningkatan Kualitas Hidup Keluarga (KHK).

- b. Literasi Keuangan (LK) dan Perencanaan Jangka Panjang (PJP) berperan secara sinergis dan kolektif sebagai instrumen utama dalam mendorong transisi ini. LK adalah fondasi kognitif yang memitigasi bias perilaku dan menginisiasi PJP.
- c. Perencanaan Jangka Panjang adalah mekanisme aksi strategis yang paling efektif, mengubah pengetahuan (LK) menjadi kedisiplinan alokasi dana dan proteksi risiko, dan menjadi prediktor kuat bagi Resiliensi (Poon et al., 2021). Keberhasilan PJP secara langsung meningkatkan KHK melalui penurunan stres keuangan dan peningkatan kontrol diri.
- d. Transformasi Paradigma *Thriving* di tingkat rumah tangga tidak hanya memberikan manfaat ekonomi mikro, tetapi juga berfungsi sebagai instrumen stabilitas sosial di tingkat makro.

2. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian ini, diajukan beberapa saran yang antara lain:

- a. Saran Teoritis untuk Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian kuantitatif dengan menguji model struktural yang diusulkan, yaitu peran mediasi Paradigma *Thriving* (diukur melalui skala Resiliensi dan Kepuasan Finansial) antara PJP dan Kualitas Hidup Keluarga dalam konteks data primer di Indonesia.
- b. Saran Praktis dan Kebijakan:
 - 1) Pemerintah dan OJK harus menggeser fokus dari sekadar *inklusi* dan *literasi* menjadi Implementasi Perencanaan Jangka Panjang. Program edukasi harus diintegrasikan dengan komponen *financial coaching* atau *advisory* untuk memastikan niat baik diubah menjadi aksi perilaku yang berkelanjutan (Chinen et al., 2020).
 - 2) Institusi Keuangan didorong untuk menciptakan produk perencanaan (pensiun/pendidikan) yang sederhana dan terjangkau, dirancang dengan mempertimbangkan bias perilaku konsumen, untuk memudahkan

rumah tangga *Surviving* memulai transisi ke *Thriving*.

- 3) Keluarga harus memandang Perencanaan Jangka Panjang sebagai prioritas non-negosiasi, setara dengan kebutuhan dasar, untuk mengamankan Kualitas Hidup mereka di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Bahrani, K., Weese, S., & Miller, M. (2018). The impact of financial coaching on financial behaviors: An exploratory study. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 29(2), 256-267.
- Chinen, K., Ooi, S., & Lin, C. (2020). The effectiveness of financial advisory in promoting retirement saving and debt reduction: Evidence from a field experiment. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 31(1), 1-15.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). Sage publications.
- D'Aurizio, V., & Panetta, F. (2020). Financial literacy, behavioral biases and household investment decisions. *Journal of Behavioral and Experimental Finance*, 28, 100305.
- Dew, J. (2008). The relationship between financial distress and marital conflict. *Journal of Financial Therapy*, 1(1), 13-33.
- Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2009). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. Dalam C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology* (2nd ed., hlm. 187-196). Oxford University Press.
- Grant, M. J., & Booth, A. (2009). A typology of reviews: An analysis of 14 review types and associated methodologies. *Health Information & Libraries Journal*, 26(2), 91-108.
- Gudmunson, C. G., & Danes, S. M. (2011). Financial stress and family functioning: A synthesis of research.

- Journal of Family and Economic Issues*, 32(4), 545-559.
- Kim, H., & Garman, E. T. (2004). Financial planning needs and self-perceived financial well-being. *Financial Counseling and Planning*, 15(1), 51-64.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Sage publications.
- Lusardi, A., & Mitchell, O. S. (2014). The economic importance of financial literacy: Theory and evidence. *Journal of Economic Literature*, 52(1), 5-44.
- O'Connor, J. J., O'Shea, E., & Hanley, E. (2021). Financial literacy and financial planning behaviour: A multi-country analysis. *International Review of Financial Analysis*, 76, 101783.
- OECD/INFE. (2018). *OECD/INFE 2018 International Survey of Adult Financial Literacy*. OECD Publishing.
- Perry, V. G., & Morris, L. A. (2005). The effects of financial education on household budgeting practices. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 16(2), 23-38.
- Poon, W. C., Loke, Y. J., & Yiu, V. H. Y. (2021). Determinants of household financial resilience: Evidence from Singapore. *Journal of Asian Economics*, 77, 101378.
- Widiyanto, W., Haryadi, E., & Santoso, A. B. (2022). Peran perencanaan keuangan keluarga terhadap ketahanan finansial rumah tangga. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis Islam*, 7(1), 1-15.
- Xiao, J. J., & Porto, N. (2017). Financial well-being and life satisfaction: The role of financial management. *Journal of Family and Economic Issues*, 38(3), 287-300.