

Analisis Efisiensi Pengeluaran Rumah Tangga: Fenomena Ngopi Pagi Sebagai *Self-Reward* di Kalangan Ibu Milenial

Rina Marlina^{1*}, Eka Wirajuang Daurrohmah², I Made Laut Mertha Jaya³

^{1,2}Department of accounting, Universitas Terbuka, Jakarta

³Department of accounting, Universitas Mahakarya Asia, Yogyakarta

^{1,2,3}INDONESIA

Email: 047882644@ecampus.ut.ac.id*

Abstract: - Efisiensi pengeluaran rumah tangga merupakan indikator penting dalam akuntansi manajemen yang digunakan untuk menilai keseimbangan antara biaya yang dikeluarkan dan utilitas yang diperoleh dimana transformasi gaya hidup akibat urbanisasi dan digitalisasi membuat pengeluaran rumah tangga khususnya pada sektor makanan dan minuman, mengalami peningkatan signifikan. Salah satu fenomena yang menyeruak adalah praktik ngopi pagi di kedai kopi modern sebagai bentuk *self-reward* di kalangan ibu milenial yaitu kelahiran tahun 1981 sampai dengan tahun 1996 yang menanggung peran ganda sebagai ibu rumah tangga sekaligus kontributor ekonomi keluarga. Penelitian ini bertujuan menganalisis efisiensi pengeluaran rumah tangga milenial yang terlibat dalam fenomena ngopi pagi serta mengidentifikasi faktor sosial dan ekonomi yang mempengaruhi perilaku tersebut, sekaligus mengkaji implikasinya terhadap kestabilan keuangan rumah tangga dalam perspektif akuntansi manajemen. Desain penelitian yang digunakan adalah studi kasus kualitatif yang memusatkan pada pengalaman subjektif ibu milenial dalam mengelola pengeluaran gaya hidup dan kebutuhan psikologis dengan pengumpulan data melalui wawancara mendalam dengan empat orang narasumber yang sesuai dengan kriteria yang ditetapkan. Hasil konseptual menunjukkan adanya ketegangan antara paradigma akuntansi keluarga tradisional yang menekankan disiplin anggaran ketat dengan kebutuhan *self-reward* sebagai mekanisme pemeliharaan kesehatan mental ibu milenial. Artikel ini mengusulkan paradigma Akuntansi Utilitas Emosional yang memandang pengeluaran ngopi pagi bukanlah semata-mata kebocoran anggaran melainkan investasi produktivitas yang bernilai selama diatur dalam batas efisiensi tertentu dimana pengeluaran minum kopi pagi dapat diintegrasikan sebagai biaya tetap psikologis dalam anggaran rumah tangga dengan mempertimbangkan manfaat emosional dan kontribusinya terhadap kinerja domestik dan ekonomi ibu milenial.

Key-Words: - Efisiensi pengeluaran rumah tangga; Ngopi pagi; *Self-reward*; Ibu milenial; Akuntansi biaya.

Received: March 11, 2026. **Revised:** April 28, 2026. **Accepted:** Mei 10, 2026. **Published:** June 30, 2026.

1 Pendahuluan

Manajemen keuangan rumah tangga secara tradisional dipandang sebagai disiplin akuntansi yang bersifat kuantitatif dan restriktif dimana efisiensi diukur terutama dari kemampuan meminimalkan pengeluaran konsumtif dan memaksimalkan konsumsi tabungan (Syafitri, 2025), sebuah paradigma yang berangkat dari asumsi bahwa individu merupakan agen ekonomi rasional yang selalu berupaya memaksimalkan utilitas finansial.

Dalam perspektif tersebut, setiap pengeluaran di luar kebutuhan utama sering dipandang sebagai bentuk pemborosan yang perlu dikurangi dan akibatnya, keberhasilan pengelolaan keuangan rumah tangga kerap diukur melalui besarnya saldo akhir, tingkat tabungan serta kemampuan menekan pengeluaran yang berkaitan dengan gaya hidup.

Namun, realitas kehidupan rumah tangga generasi milenial menunjukkan kondisi yang lebih kompleks terutama pada ibu milenial yaitu perempuan yang lahir antara tahun 1981 hingga 1996, tidak hanya menjalankan peran domestik sebagai pengelola rumah tangga tetapi juga berkontribusi terhadap perekonomian keluarga melalui pekerjaan nonformal, usaha mandiri, maupun aktivitas ekonomi berbasis digital. Peran ganda tersebut menempatkan mereka pada berbagai tuntutan yang saling beririsan, mulai dari kebutuhan ekonomi, harapan sosial, hingga tekanan psikologis untuk tetap menjalankan fungsi keluarga secara optimal dan dalam situasi seperti ini, pemaknaan efisiensi yang hanya berfokus pada penghematan finansial menjadi kurang memadai karena mengabaikan berbagai biaya tidak langsung, seperti kelelahan emosional, stres berkepanjangan serta menurunnya kualitas pengambilan keputusan keuangan. Di tengah kondisi tersebut, muncul berbagai bentuk konsumsi gaya hidup yang mempunyai makna lebih dari sekadar aktivitas ekonomi, salah satunya adalah kebiasaan “ngopi pagi”, suatu kebiasaan yang sering kali dipandang sebagai pengeluaran yang tidak esensial dalam perspektif ekonomi konvensional. Akan tetapi bagi sebagian ibu milenial aktivitas ngopi pagi dapat berfungsi sebagai sarana relaksasi, ruang refleksi diri serta bentuk penghargaan terhadap diri sendiri setelah menghadapi berbagai tuntutan pekerjaan dan keluarga.

Ngopi pagi adalah suatu aktivitas atau kegiatan di sebuah kedai kopi modern memesan kopi dan camilan ringan lain sambil mengobrol sejenak bersama teman-teman sesama ibu milenial di pagi hari setelah mengantar anak ke sekolah sambil menikmati waktu jeda sebelum kembali ke aktivitas rutinitas rumah tangga dan bagi banyak ibu milenial aktivitas tersebut tidak hanya dimaknai sebagai kebiasaan minum kopi tetapi juga sebagai bentuk *self-reward* dan ruang nafas. Fenomena ngopi pagi ini tidak muncul di ruang hampa dimana generasi ibu milenial tumbuh di dalam lingkungan urban dan digital yang menawarkan banyak pilihan gaya hidup termasuk menjamurnya kedai kopi modern yang memosisikan diri sebagai ruang ketiga antara rumah dan tempat kerja (Ide Kuliner, 2024). *Coffee shop* sendiri, dalam perspektif teori *Third Place* yang dikemukakan oleh Oldenburg (Oldenburg, 2017), aktivitas ngopi pagi juga dapat dipahami sebagai pemanfaatan ruang sosial di luar lingkungan rumah dan tempat kerja yang menawarkan suasana lebih santai, dukungan sosial serta kesempatan untuk membangun jaringan informasi dan relasi. Oleh karena itu, pengeluaran rutin untuk ngopi pagi yang sekilas terlihat sebagai pengurang tabungan tidak selalu dapat dipandang sebagai pemborosan dan sebaliknya, praktik tersebut dapat direkontekstualisasi sebagai aktivitas sosial yang berpotensi memberikan manfaat

emosional dan sosial yang bernilai bagi individu.

Dalam perspektif perilaku, keputusan untuk mengeluarkan uang bagi kesenangan-kesenangan kecil tidak pernah sepenuhnya bersifat netral karena keputusan tersebut dipengaruhi oleh cara individu mengkategorikan, menilai dan mengelola uang yang dimilikinya, salah satu konsep yang menjelaskan fenomena ini adalah *Mental Accounting* yang diperkenalkan oleh Richard H. Thaler. Konsep ini menjelaskan bahwa individu maupun rumah tangga cenderung membagi uang ke dalam berbagai pos atau rekening mental yang berbeda, kemudian memperlakukan setiap pos tersebut berdasarkan aturan dan tujuan yang spesifik sehingga uang tidak selalu diperlakukan sebagai sumber daya yang sepenuhnya dapat dipertukarkan sebagaimana diasumsikan dalam teori ekonomi klasik.

Dalam konteks kebiasaan ngopi pagi, pengeluaran untuk membeli kopi dapat ditempatkan dalam kategori pengeluaran yang berkaitan dengan rekreasi, penghargaan diri atau pemeliharaan kesejahteraan psikologis karena ditempatkan pada rekening mental yang berbeda dari kebutuhan pokok atau tabungan, pengeluaran tersebut tidak selalu dipersepsikan sebagai pengurangan kesejahteraan finansial. Sebaliknya, bagi sebagian individu, terutama ibu milenial yang menghadapi berbagai tuntutan peran, pengeluaran tersebut dapat dipandang sebagai investasi kecil untuk menjaga kesehatan mental, memperluas interaksi sosial dan meningkatkan kualitas hidup sehari-hari maka dari itu keputusan untuk melakukan konsumsi semacam ini tidak hanya didasarkan pada pertimbangan ekonomi rasional tetapi juga dipengaruhi oleh nilai subjektif yang melekat pada manfaat emosional dan sosial yang diperoleh (Thaler, 2019). Dalam konteks ngopi pagi, pengeluaran yang tampak kecil dan rutin seringkali tidak terlalu membebani padahal jika diakumulasi dapat menjadi pos yang cukup besar dalam anggaran rumah tangga, misalnya saja, dari kacamata akuntansi rumah tangga tradisional, pengeluaran rutin Rp50.000 sampai dengan Rp75.000 per sekali kunjungan ke kedai kopi modern dapat segera dikalkulasikan dengan kebocoran anggaran. Jika dilakukan dua sampai empat kali seminggu akumulasinya dalam sebulan dapat menyentuh angka yang tidak kecil bila dibandingkan dengan kebutuhan lain seperti belanja dapur atau tabungan, hal inilah yang menjadi latar belakang ketegangan munculnya ngopi pagi yang dirasakan sebagai kebutuhan psikologis yang membantu ibu tetap stabil dan produktif tetapi juga menyebabkan pengeluaran tersebut tampak bertentangan dengan prinsip efisiensi finansial yang menuntut pengendalian biaya dan peningkatan saldo akhir.

Keterkaitan antara fenomena ngopi pagi dan efisiensi keuangan rumah tangga menjadi semakin kompleks karena melibatkan dimensi perilaku dan psikologis dimana sejumlah ibu milenial mengungkapkan bahwa alokasi khusus untuk ngopi pagi justru membantu mereka mengendalikan pengeluaran lain yang lebih besar dan bersifat impulsif, seperti belanja tidak terencana yang dilakukan akibat kejenuhan atau tekanan sehari-hari. Pengeluaran untuk

ngopi pagi tidak semata-mata dipandang sebagai konsumsi yang mengurangi tabungan melainkan sebagai mekanisme pengendalian diri yang dapat mencegah munculnya pengeluaran yang lebih besar dan sulit dikendalikan, interaksi sosial yang terjadi saat menikmati kopi sering dimanfaatkan untuk bertukar informasi mengenai promo, diskon, maupun strategi berbelanja hemat yang secara tidak langsung dapat mendukung efisiensi pengelolaan keuangan rumah tangga.

Fenomena tersebut menempatkan pengeluaran ngopi pagi dalam dua perspektif yang berbeda yaitu dari sudut pandang akuntansi rumah tangga tradisional, pengeluaran di kedai kopi cenderung dianggap sebagai bentuk kebocoran anggaran yang mengurangi kemampuan menabung dan menurunkan efisiensi pengeluaran keluarga, namun dari perspektif pengalaman subjektif ibu milenial, aktivitas ngopi pagi dapat berfungsi sebagai investasi psikologis yang membantu menjaga kestabilan emosi, mengurangi tingkat stres serta meningkatkan fokus dalam menjalankan peran sebagai pengelola rumah tangga sekaligus kontributor ekonomi keluarga. Sejalan dengan berbagai kajian mengenai konsep *Third Place*, kedai kopi tidak hanya berfungsi sebagai tempat konsumsi tetapi juga sebagai ruang yang mampu memenuhi kebutuhan emosional, sosial dan produktivitas pengunjung, oleh karena itu aktivitas ngopi pagi dapat dipahami sebagai bentuk *self-reward* yang terencana dan relatif terjangkau bukan sekadar perilaku konsumtif yang bersifat hedonis.

Hingga saat ini penelitian mengenai akuntansi rumah tangga di Indonesia umumnya berfokus pada praktik pencatatan keuangan, penyusunan anggaran dan pengendalian pengeluaran untuk mencapai stabilitas finansial keluarga dan dalam berbagai kajian tersebut, ibu rumah tangga sering ditempatkan sebagai aktor utama dalam pengelolaan keuangan keluarga. Di sisi lain, penelitian mengenai kedai kopi sebagai *Third Place* lebih banyak menyoroti pengalaman pengguna serta makna sosial yang terbentuk di dalamnya, terutama pada generasi muda walaupun masih sedikit penelitian yang menghubungkan fenomena tersebut dengan praktik akuntansi rumah tangga dan efisiensi pengeluaran keluarga, khususnya pada ibu rumah tangga milenial.

Kesenjangan tersebut menjadi dasar bagi penelitian ini untuk mengembangkan konsep Akuntansi Utilitas Emosional yaitu suatu kerangka pemikiran yang memandang pengeluaran *self-reward* fungsional seperti ngopi pagi sebagai *fixed cost* psikologis yang mempunyai nilai dan manfaat tertentu, selama dikelola secara terencana serta berada dalam batas efisiensi yang wajar. Melalui perspektif ini, efisiensi keuangan rumah tangga tidak lagi dimaknai hanya sebagai kemampuan menekan seluruh pengeluaran yang berkaitan dengan gaya hidup tetapi juga sebagai kemampuan menyeimbangkan kesehatan finansial dengan kesejahteraan psikologis individu yang mengelola keuangan keluarga.

Berangkat dari ketegangan antara paradigma akuntansi rumah tangga tradisional yang menekankan penghematan dan realitas ibu rumah tangga milenial yang membutuhkan

ruang untuk *self-reward* dan pemeliharaan kesehatan mental, muncul pertanyaan mengenai sejauh mana praktik ngopi pagi di kedai kopi modern dapat dikategorikan sebagai pemborosan atau justru sebagai investasi psikologis yang mendukung efisiensi keuangan rumah tangga dalam jangka panjang. Masih terbatasnya penelitian yang mengkaji bagaimana ibu milenial mengelompokkan pengeluaran ngopi pagi dalam *mental accounting* mereka, bagaimana aktivitas tersebut dimaknai sebagai bagian dari pengalaman memanfaatkan *third place* serta bagaimana mereka menegosiasikan batas antara kebutuhan psikologis dan tuntutan penghematan anggaran keluarga, maka berdasarkan latar belakang tersebut penelitian ini merumuskan masalah utama yaitu bagaimana ibu rumah tangga milenial memaknai dan mengelola pengeluaran ngopi pagi sebagai bentuk *self-reward* dalam kerangka efisiensi keuangan rumah tangga serta bagaimana pengalaman tersebut dapat dikonseptualisasikan ke dalam paradigma Akuntansi Utilitas Emosional.

Sejalan dengan rumusan masalah tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengalaman subjektif ibu rumah tangga milenial dalam memaknai dan mengelola pengeluaran ngopi pagi sebagai bentuk *self-reward*, mengkaji bagaimana pengeluaran tersebut ditempatkan dalam *mental accounting* dan anggaran rumah tangga serta mengidentifikasi berbagai bentuk utilitas emosional dan efisiensi tidak langsung yang dihasilkannya. Pada akhirnya, penelitian ini diharapkan dapat merumuskan konsep Akuntansi Utilitas Emosional sebagai pendekatan yang memandang pengeluaran *self-reward* fungsional, seperti ngopi pagi, sebagai *fixed cost* psikologis yang dapat diintegrasikan secara sadar dan terencana ke dalam pengelolaan keuangan rumah tangga ibu milenial.

Narasi diatas menunjukkan bahwa fenomena minum kopi pagi dan efisiensi keuangan saling terkait secara erat dimana kebiasaan ngopi pagi menjadi cerminan bagaimana ibu milenial menegosiasikan batas antara kebutuhan psikologis dan tuntutan penghematan sementara konsep efisiensi harus diperluas agar mampu menampung fakta bahwa keputusan keuangan selalu dipengaruhi oleh kondisi emosional dan konteks sosial pelakunya. Untuk lebih jelasnya kita bandingkan kedua perspektif pengeluaran dalam tabel di bawah ini:

Tabel 1. Perbandingan Perspektif Pengeluaran

Kategori	Perspektif Akuntansi Tradisional	Perspektif Akuntansi Utilitas Emosional
Status Biaya	Biaya Variabel	Biaya Tetap
Output	Pengurangan Likuiditas Kas	Peningkatan Kapasitas Emosional
Tujuan	Pemenuhan Keinginan Hedonik	Resiliensi Mental dan Produktivitas

2 Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan desain studi kasus fenomenologis yang dipilih karena tujuan penelitian bukan untuk menguji hubungan kausal antarvariabel secara statistik melainkan untuk memahami makna subjektif yang diberikan oleh ibu rumah tangga milenial terhadap praktik ngopi pagi sebagai bentuk *self-reward* serta implikasinya terhadap efisiensi pengeluaran rumah tangga. Dalam paradigma kualitatif, realitas sosial dipandang sebagai sesuatu yang dibentuk melalui pengalaman, interpretasi dan interaksi sehari-hari sehingga pemahaman yang mendalam mengenai fenomena tersebut lebih tepat diperoleh melalui eksplorasi naratif dibandingkan melalui pengukuran kuantitatif. Desain fenomenologi dipilih karena penelitian ini berfokus pada pengalaman hidup ibu rumah tangga milenial dalam mengelola pengeluaran ngopi pagi serta bagaimana mereka mengonstruksi makna terkait investasi mental, *mental accounting* dan keseimbangan antara kebutuhan psikologis dengan tuntutan efisiensi keuangan rumah tangga dimana melalui pendekatan ini, peneliti berupaya memahami fenomena sebagaimana dialami dan dimaknai secara langsung oleh para partisipan.

Fenomenologi menawarkan perspektif yang memungkinkan peneliti memahami pengalaman manusia secara mendalam dengan menggali makna esensial dari suatu fenomena yang dialami individu dan berfokus pada struktur kesadaran dan cara seseorang memberi makna terhadap pengalaman dalam kehidupan sehari-hari. Berbagai penelitian mengenai akuntansi rumah tangga di Indonesia juga telah menggunakan pendekatan fenomenologi untuk memahami bagaimana ibu rumah tangga menerapkan praktik akuntansi dalam perencanaan, pencatatan, pengambilan keputusan dan pengendalian keuangan keluarga dan merujuk pada tradisi tersebut, penelitian ini menempatkan ibu rumah tangga milenial sebagai subjek yang mempunyai kemampuan reflektif untuk menjelaskan secara naratif alasan, pertimbangan serta nilai yang mereka lekatkan pada pengeluaran ngopi pagi yang dilakukan.

Penelitian dilaksanakan di wilayah Cimahi Utara yang merepresentasikan kawasan perkotaan dengan pertumbuhan kedai kopi yang cukup pesat serta berkembangnya aktivitas konsumsi gaya hidup di kalangan masyarakat kelas menengah. Pemilihan lokasi dilakukan secara purposif karena kawasan ini menunjukkan karakteristik berkembangnya budaya *coffee shop* sebagai *third place* yaitu ruang sosial di luar rumah dan tempat kerja yang dimanfaatkan untuk berinteraksi, bersantai dan membangun relasi sosial yang menjadikan Cimahi Utara sebagai lokasi yang relevan untuk mengkaji pengalaman ibu rumah tangga milenial dalam memaknai aktivitas ngopi pagi sebagai bagian dari praktik *self-reward* dan pengelolaan keuangan rumah tangga. Subjek penelitian adalah ibu rumah tangga milenial yang memenuhi kriteria sebagai berikut:

1. Berusia sekitar 35 sampai dengan 47 tahun

2. Mempunyai minimal 1 anak usia sekolah
3. Rutin melakukan ngopi pagi di kafe minimal 1 kali dalam seminggu
4. Menjadi pengelola utama keuangan rumah tangga
5. Mempunyai pendapatan keluarga dengan kisaran antara Rp3.000.000 sampai dengan Rp5.000.000 per bulan

Kriteria ini disusun untuk memastikan bahwa informan benar-benar mengalami fenomena yang dikaji secara intens sekaligus mempunyai ruang fiskal tertentu untuk mengalokasikan dana pada pos *self-reward* seperti ngopi pagi.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling yaitu pemilihan informan secara sengaja berdasarkan pertimbangan bahwa mereka mempunyai pengalaman yang relevan dan kaya terhadap fenomena yang diteliti, pendekatan ini lazim digunakan dalam penelitian fenomenologi dan studi kasus akuntansi rumah tangga karena memungkinkan peneliti memperoleh narasi yang mendalam dari individu yang betul-betul menghidupi praktik pengelolaan keuangan rumah tangga sehari-hari. Dalam penelitian ini diperoleh empat orang informan yang masing-masing diberi kode INF-01, INF-02, INF-03 dan INF-04 dan data primer dikumpulkan melalui wawancara mendalam secara tatap muka dengan menggunakan pedoman wawancara semi-struktur. Pedoman wawancara memuat pertanyaan mengenai:

1. Nama dan usia
2. Kisaran penghasilan per bulan
3. Kondisi sosioekonomi
4. Frekuensi ngopi pagi
5. Besaran pengeluaran per sekali kunjungan
6. Motif *self-reward*
7. Cara mengelola anggaran ngopi pagi
8. Persepsi dampak ngopi pagi terhadap emosi, produktivitas dan keputusan keuangan rumah tangga.

Pendekatan ini memungkinkan peneliti tetap berfokus pada tema penelitian sekaligus memberikan ruang yang luas bagi informan untuk menceritakan pengalaman mereka secara bebas dan mengungkapkan berbagai aspek yang mungkin belum diperkirakan sebelumnya. Dalam tradisi fenomenologi, khususnya pada penelitian akuntansi rumah tangga, wawancara mendalam merupakan teknik yang penting karena mampu membuka akses terhadap dunia kehidupan subjek serta menangkap cara mereka memaknai dan menjelaskan praktik pengelolaan keuangan yang dijalankan dalam kehidupan sehari-hari dan melalui proses wawancara, peneliti dapat memahami alasan, pertimbangan serta pengalaman yang melatarbelakangi keputusan keuangan yang diambil oleh informan.

Selain wawancara, penelitian ini juga memanfaatkan catatan lapangan yang memuat informasi mengenai konteks interaksi di *coffee shop* dan situasi keseharian informan dimana dokumentasi sederhana bersama informan turut digunakan sebagai data pendukung untuk memperkaya pemahaman terhadap fenomena yang diteliti. Penggunaan wawancara, observasi terbatas dan dokumentasi secara bersamaan sejalan dengan praktik penelitian fenomenologi yang mengkombinasikan berbagai teknik pengumpulan data guna memperoleh gambaran yang lebih komprehensif serta meningkatkan kredibilitas temuan penelitian dan pada penelitian ini, observasi dilakukan secara non partisipan dan bersifat terbatas sehingga wawancara tetap menjadi sumber data utama.

Analisis data dilakukan secara bertahap melalui proses reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan yang berlangsung secara interaktif dimana pada tahap reduksi data, transkrip wawancara dibaca berulang kali untuk mengidentifikasi unit-unit makna yang berkaitan dengan persepsi informan mengenai ngopi pagi, cara mereka mengelola anggaran rumah tangga serta pandangan mereka terhadap manfaat emosional maupun finansial dari aktivitas tersebut. Selanjutnya, unit-unit makna yang telah ditemukan dikelompokkan ke dalam kategori dan tema yang lebih abstrak, seperti transformasi status biaya, efisiensi tersembunyi dan keseimbangan psikologis dalam pengelolaan keuangan rumah tangga kemudian penyajian data dalam bentuk uraian naratif yang sistematis sehingga hubungan antar tema dapat dipahami dengan lebih jelas. Pada tahap akhir, peneliti menarik kesimpulan yang terus diverifikasi melalui perbandingan antarinforman, pemeriksaan konsistensi narasi serta pengaitan kembali dengan kerangka teoritis yang digunakan yaitu *mental accounting*, konsep *third place* dan Akuntansi Utilitas Emosional.

Untuk meningkatkan keabsahan data, penelitian ini menerapkan berbagai strategi *trustworthiness* yang lazim digunakan dalam penelitian kualitatif termasuk triangulasi yang dilakukan dengan membandingkan informasi dari berbagai informan, mencocokkan hasil wawancara dengan temuan observasi lapangan serta menghubungkannya dengan hasil penelitian terdahulu mengenai akuntansi rumah tangga dan *coffee shop* sebagai *third place*, *member check* dilakukan secara informal dengan meminta konfirmasi dari informan terkait ringkasan interpretasi yang dibuat peneliti atas pengalaman mereka. Penelitian ini juga menerapkan prinsip *thick description* melalui penyajian kutipan langsung dari informan dan deskripsi kontekstual yang rinci sehingga pembaca dapat menilai sejauh mana hasil penelitian dapat diterapkan pada konteks rumah tangga milenial yang mempunyai karakteristik serupa.

Melalui metode tersebut, penelitian diharapkan mampu menghasilkan pemahaman yang mendalam mengenai cara ibu rumah tangga milenial memaknai pengeluaran ngopi pagi sebagai bentuk *self-reward* serta bagaimana pengeluaran tersebut diintegrasikan ke dalam logika efisiensi keuangan rumah tangga sehingga penelitian ini dapat memberikan kontribusi

konseptual terhadap pengembangan paradigma Akuntansi Utilitas Emosional yang memandang pengeluaran tertentu tidak hanya dari sisi finansial tetapi juga dari manfaat psikologis dan sosial yang dihasilkannya bagi pengelola keuangan keluarga. Berikut kami lampirkan tabel mengenai profil informan.

Tabel 2. Profil Informan

No	Kode	Nama / Usia	Kisaran Penghasilan / Bulan	Frekuensi Ngopi / minggu	Alokasi Dana per Kunjungan
1	INF-01	Ny. S. N / 43	Rp5.000.000	1 kali	Rp75.000
2	INF-02	Ny. S. L / 47	Rp5.000.000	4 kali	Rp60.000
3	INF-03	Ny. L. A / 40	Rp5.000.000	2 kali	Rp75.000
4	INF-04	Ny. H. A / 47	Rp4.500.000	1 kali	Rp75.000

3 Hasil penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan analisis wawancara mendalam terhadap empat informan ibu rumah tangga milenial yang rutin melakukan ngopi pagi, ditemukan bahwa aktivitas tersebut tidak dimaknai semata-mata sebagai gaya hidup tetapi sebagai praktik yang mempunyai nilai psikologis, sosial dan fungsional dalam pengelolaan kehidupan rumah tangga. Seluruh informan mengakui bahwa ngopi pagi dilakukan secara terencana, dengan frekuensi beragam mulai dari satu kali, dua kali, bahkan sampai empat kali seminggu dengan alokasi dana yang cukup stabil per sekali kunjungan, sehingga praktik ini bukan pengeluaran spontan yang sepenuhnya tidak terkendali. Dalam proses analisis, muncul tiga tema besar yang saling terkait yaitu :

1. Transformasi status biaya
2. Efisiensi tersembunyi
3. Keseimbangan neraca psikologis

Ketiga tema yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa efisiensi pengeluaran rumah tangga tidak semata-mata dimaknai sebagai kemampuan mengurangi jumlah pengeluaran tetapi juga sebagai upaya menjaga kesiapan mental, kestabilan emosi serta kualitas pengambilan keputusan dalam pengelolaan keuangan keluarga. Seluruh informan mengungkapkan bahwa aktivitas ngopi pagi dilakukan secara rutin dan terencana dengan alokasi dana khusus pada setiap kunjungan yaitu sekitar Rp50.000 hingga Rp75.000. Meskipun secara akumulatif jumlah tersebut cukup besar, para informan tidak memandangnya sebagai pemborosan, sebaliknya pengeluaran tersebut dianggap sebagai bagian dari strategi untuk menjaga suasana hati, meningkatkan fokus dan mempertahankan produktivitas dalam menjalankan peran sebagai ibu sekaligus pengelola rumah tangga.

1. Transformasi Status Biaya

Tema pertama yang muncul adalah transformasi status biaya dimana temuan ini menunjukkan bahwa pengeluaran untuk ngopi pagi mengalami perubahan makna dari biaya variabel yang bersifat pilihan menjadi biaya psikologis yang dipandang penting dalam kehidupan sehari-hari. Dalam perspektif akuntansi rumah tangga konvensional, pengeluaran untuk menikmati kopi di *coffee shop* umumnya dikategorikan sebagai pengeluaran tersier atau pengeluaran gaya hidup yang dapat dikurangi ketika kondisi keuangan keluarga mengalami tekanan, namun, pengalaman para informan menunjukkan pemaknaan yang berbeda. Mereka menganggap ngopi pagi sebagai kebutuhan yang mempunyai fungsi pemeliharaan diri (*self-maintenance*) terutama untuk menjaga semangat, kejernihan berpikir dan kestabilan emosi sebelum memulai berbagai aktivitas rumah tangga maupun aktivitas ekonomi, sehingga pengeluaran tersebut tidak lagi diposisikan sebagai konsumsi yang bersifat opsional melainkan sebagai bagian dari kebutuhan yang mendukung keberlangsungan peran dan tanggung jawab sehari-hari.

Dalam konteks ini, terjadi perubahan cara pandang terhadap biaya. Pengeluaran ngopi pagi tidak lagi dinilai berdasarkan besarnya nominal yang dikeluarkan tetapi berdasarkan manfaat psikologis yang dihasilkan dan bagi para informan, manfaat tersebut dianggap mampu memberikan nilai yang sebanding bahkan lebih besar dibandingkan biaya yang dikeluarkan. Temuan ini menunjukkan bahwa proses penganggaran dalam rumah tangga tidak hanya didasarkan pada pertimbangan ekonomi rasional tetapi juga dipengaruhi oleh kebutuhan emosional dan upaya menjaga kesejahteraan psikologis individu yang berperan dalam mengelola keuangan keluarga.

Oleh karena itu, transformasi status biaya yang ditemukan dalam penelitian ini mengindikasikan bahwa sebagian ibu rumah tangga milenial telah mengembangkan cara pandang yang lebih luas terhadap efisiensi keuangan karena efisiensi tidak hanya dimaknai sebagai pengurangan pengeluaran tetapi juga sebagai kemampuan mengalokasikan sumber daya secara tepat untuk menjaga keseimbangan antara kesehatan finansial dan kesehatan psikologis. Dalam kerangka Akuntansi Utilitas Emosional, pengeluaran seperti ngopi pagi dapat dipahami sebagai *fixed psychological cost* yaitu biaya yang secara sadar dialokasikan karena dianggap memberikan manfaat emosional yang mendukung efektivitas pengelolaan rumah tangga secara keseluruhan. Hal ini tampak jelas dalam pernyataan INF-01 (Ny. S. N) yaitu:

“Ngopi adalah investasi mental untuk merefresh pikiran setelah mengerjakan pekerjaan rumah tangga dan merawat anak”.

Kutipan tersebut menggambarkan bahwa bagi INF-01, ngopi pagi bukan sekadar pengeluaran *discretionary* melainkan komponen penting dalam menjaga emosional untuk

menjalankan tugas sehari-hari dan pola serupa juga muncul pada informan lain yang menyebut ngopi sebagai hal yang wajib atau dianggap ritual dan merupakan modal semangat sebelum memulai aktivitas domestik. Transformasi status biaya ini tercermin dalam cara para informan mengalokasikan anggaran mereka dimana minum kopi pagi dimasukkan ke dalam pos biaya yang mereka anggap setara dengan biaya listrik atau paket data internet yakni pengeluaran yang harus disiapkan setiap bulan agar sistem kehidupan rumah tangga tetap berjalan stabil. Temuan ini sejalan dengan teori *mental accounting* yang dikemukakan oleh Richard H. Thaler yang menjelaskan bahwa individu maupun rumah tangga cenderung membagi uang ke dalam berbagai akun mental dan menerapkan aturan yang berbeda pada masing-masing akun tersebut dan dalam penelitian ini, pengeluaran untuk ngopi pagi tidak ditempatkan dalam kategori pemborosan melainkan dalam akun yang berkaitan dengan *self-care*, pemulihan energi atau pemeliharaan kapasitas diri. Penempatan tersebut memberikan legitimasi psikologis terhadap pengeluaran ngopi pagi sehingga dianggap sebagai pengeluaran yang wajar dan layak dipertahankan selama masih berada dalam batas anggaran yang dapat dikendalikan.

Temuan ini sekaligus memperluas pemahaman mengenai praktik akuntansi rumah tangga yang selama ini lebih banyak dipandang dari aspek pencatatan keuangan, penghematan dan pemenuhan kebutuhan material, sementara berbagai penelitian fenomenologi akuntansi rumah tangga di Indonesia menunjukkan bahwa ibu rumah tangga sering berperan sebagai aktor utama dalam menjaga keseimbangan keuangan keluarga melalui prinsip hemat, selektif dan penuh pertimbangan. Namun, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sikap kehati-hatian tersebut tidak selalu diwujudkan dalam bentuk pengurangan seluruh pengeluaran non-primer dan pada konteks ibu milenial, kehati-hatian justru dapat diwujudkan melalui kesadaran untuk mengalokasikan sejumlah biaya psikologis yang dianggap penting agar fungsi pengelolaan rumah tangga dapat berjalan secara lebih efektif. Dengan demikian, perubahan status pengeluaran ngopi pagi tidak mencerminkan meningkatnya perilaku konsumtif melainkan adanya redefinisi mengenai jenis pengeluaran yang dipandang produktif dan bernilai bagi keberlangsungan rumah tangga.

2. Efisiensi Tersembunyi

Tema kedua yang ditemukan dalam penelitian ini adalah adanya efisiensi tersembunyi (*hidden efficiency*) dari pengeluaran ngopi pagi yang dilakukan secara terencana dimana secara kasat mata, pengeluaran tersebut memang menambah beban anggaran rumah tangga. Akan tetapi, para informan menjelaskan bahwa adanya alokasi khusus untuk ngopi pagi justru membantu mereka mengendalikan keinginan untuk melakukan pengeluaran lain yang lebih besar dan kurang terkontrol yaitu menurut informan mengungkapkan bahwa aktivitas tersebut mampu mengurangi dorongan untuk melakukan belanja impulsif di pusat perbelanjaan atau membeli barang-barang yang sebenarnya tidak menjadi prioritas hanya

karena merasa jenuh, lelah atau membutuhkan hiburan sesaat.

Mekanisme ini sejalan dengan konsep *mental accounting* yang menjelaskan bahwa pengeluaran kecil yang diterima secara psikologis dapat berfungsi sebagai penyangga terhadap munculnya pengeluaran kompensatoris yang lebih besar. Dalam konteks penelitian ini, ngopi pagi tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas konsumsi tetapi juga sebagai sarana pengendalian perilaku konsumsi karena aktivitas tersebut menjadi semacam katup pengaman yang membantu menjaga stabilitas pengeluaran rumah tangga dan mencegah munculnya keputusan konsumsi yang kurang rasional akibat tekanan emosional.

Temuan ini penting karena menantang cara pandang akuntansi rumah tangga yang hanya mengukur efisiensi berdasarkan kemampuan menekan jumlah pengeluaran dalam jangka pendek dan hasil penelitian menunjukkan bahwa suatu pengeluaran dapat menghasilkan manfaat efisiensi secara tidak langsung apabila mampu mencegah munculnya pengeluaran lain yang lebih besar dan kurang terkendali. Oleh karena itu, penilaian terhadap efisiensi rumah tangga perlu mempertimbangkan tidak hanya biaya yang terlihat secara finansial tetapi juga dampak perilaku yang ditimbulkan oleh pengeluaran tersebut.

Efisiensi tersembunyi juga terlihat dari fungsi sosial ngopi pagi sebagai ruang pertukaran informasi yang mendukung pengelolaan rumah tangga dimana interaksi yang terjadi selama aktivitas tersebut sering menjadi sarana berbagi informasi mengenai harga kebutuhan pokok, lokasi pasar dengan harga yang lebih murah, promo supermarket, diskon produk rumah tangga, hingga berbagai strategi penghematan lainnya. Informasi yang diperoleh melalui jaringan sosial tersebut pada akhirnya dapat membantu informan membuat keputusan belanja yang lebih efisien dan ekonomis, sehingga manfaat ngopi pagi tidak hanya bersifat emosional tetapi juga menghasilkan nilai sosial dan ekonomi yang berkontribusi terhadap pengelolaan keuangan rumah tangga secara lebih efektif. Sesuai dengan pernyataan INF-02 (Ny. S. L) yang menuturkan bahwa:

“Mengalokasikan dana ngopi pagi secara terencana mencegah belanja impulsif yang lebih mahal, misalnya jalan- jalan ke mall yang bisa mengeluarkan sampai ratusan ribu.”

Pernyataan ini menunjukkan bahwa dana yang dialokasikan untuk ngopi pagi berfungsi sebagai pengganti dari potensi belanja kompensatoris yang lebih besar akibat jenuh dan dengan adanya cara melepaskan stres dengan ngopi pagi membuat informan merasa lebih mampu menahan dorongan untuk melakukan pengeluaran lain yang tidak direncanakan.

INF-03 (Ny. L. A) juga menambahkan bahwa sesi ngopi sering dimanfaatkan sebagai ruang bertukar informasi seputar strategi belanja dan penghematan:

“Ngobrol saat ngopi pagi memberikan info mengenai pedagang pasar tradisional mana yang menjual sayur dengan harga lebih murah atau ada promo apa di supermarket.”

Dengan demikian, *coffee shop* bukan hanya lokasi konsumsi tetapi juga medium produksi dan pertukaran pengetahuan praktis antarsesama ibu rumah tangga dan menurut kerangka *third place*, temuan ini relevan karena *coffee shop* dipahami sebagai ruang sosial informal yang memfasilitasi percakapan, rasa mempunyai dan pembentukan jejaring pendukung. Bagi informan, fungsi *third place* tersebut berdampak nyata pada strategi penghematan rumah tangga sehari-hari.

3. Keseimbangan Neraca Psikologis

Tema ketiga adalah keseimbangan neraca psikologis, yakni gagasan bahwa pengelolaan rumah tangga yang efisien tidak cukup hanya menjaga saldo finansial tetapi juga harus menjaga kondisi emosional pihak yang menjalankan fungsi pengelolaan tersebut. Para informan secara konsisten menggambarkan ngopi pagi sebagai cara untuk healing, menaikkan mood, merasa lebih tenang dan memulihkan diri sebelum menghadapi rangkaian pekerjaan rumah tangga yang panjang, temuan ini sejalan dengan berbagai studi tentang kesehatan mental ibu rumah tangga yang menunjukkan bahwa tekanan peran, pekerjaan domestik rumah tangga, minimnya penghargaan dan konflik keluarga dapat menyebabkan stres, kejenuhan, hingga penurunan kesejahteraan psikologis. Penuturan INF-04 (Ny. H. A) menyatakan:

“Ngopi pagi adalah cara untuk healing. Menaikkan mood ke level teratas. Dan menjadikan diri saya menjadi lebih happy, tenang dan menjadi diri saya sendiri.”

Pernyataan ini mengandung dua makna penting yaitu pertama informan memandang diri mereka sendiri sebagai “aset utama” rumah tangga yang membutuhkan pemeliharaan rutin dan kedua pengeluaran ngopi pagi dipahami sebagai bagian dari biaya pemeliharaan aset tersebut sehingga tidak tepat jika diperlakukan sama dengan pengeluaran konsumtif sesaat. Dalam bahasa akuntansi yang dikembangkan dalam artikel ini, ngopi pagi dapat dipahami sebagai bagian dari *fixed cost* psikologis yang berfungsi menjaga agar mesin pengelolaan rumah tangga tetap berjalan dengan baik. Pandangan ini memang tidak lazim dalam akuntansi rumah tangga tradisional tetapi menawarkan perluasan yang lebih kontekstual terhadap makna efisiensi sejati dalam rumah tangga yang tidak hanya menyangkut kemampuan mempertahankan likuiditas melainkan juga kemampuan menjaga pengelola keuangan keluarga tetap berada dalam kondisi mental yang stabil untuk merencanakan, membandingkan prioritas dan menahan dorongan konsumsi yang merugikan. Di titik ini, konsep *third place*, kembali penting untuk menjelaskan mengapa *coffee shop*

mempunyai arti lebih dari sekedar tempat membeli minuman, literatur menunjukkan bahwa *third place* ideal menyediakan suasana santai, percakapan informal, rasa diterima dan peluang membangun keterhubungan sosial di luar tekanan rumah maupun kerja formal. Bagi ibu milenial dalam penelitian ini, *coffee shop* menyediakan jeda psikologis yang tidak mereka peroleh sepenuhnya di rumah, sekaligus memberi ruang untuk hadir sebagai individu bukan hanya sebagai istri, ibu atau pengelola rumah tangga.

Secara teoritis, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan akuntansi rumah tangga yang terlalu berfokus pada penghematan finansial berpotensi mengabaikan dimensi perilaku dan emosional yang turut mempengaruhi keputusan konsumsi dalam keluarga dan temuan mengenai transformasi status biaya, efisiensi tersembunyi dan keseimbangan neraca psikologis memperlihatkan bahwa keputusan pengeluaran rumah tangga tidak hanya ditentukan oleh pertimbangan ekonomi yang bersifat objektif tetapi juga oleh cara individu memaknai biaya, manfaat dan risiko dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini sejalan dengan teori *mental accounting* yang menjelaskan bahwa perilaku konsumsi dibentuk oleh proses kategorisasi mental, persepsi terhadap keuntungan dan kerugian serta evaluasi transaksi yang tidak selalu mengikuti logika ekonomi rasional.

Melalui temuan tersebut, penelitian ini memperluas kajian akuntansi rumah tangga yang selama ini banyak berfokus pada aspek pencatatan dan pengendalian keuangan menuju pemahaman yang lebih komprehensif mengenai peran emosi, makna subjektif dan konteks sosial dalam membentuk efisiensi pengeluaran atau efisiensi tidak hanya berkaitan dengan kemampuan menekan biaya tetapi juga dengan kemampuan mengelola sumber daya secara tepat untuk mendukung keberlangsungan fungsi rumah tangga secara keseluruhan.

Secara praktis, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keluarga perlu mulai mempertimbangkan adanya alokasi khusus untuk kebutuhan *self-care* atau biaya psikologis dalam perencanaan keuangan rumah tangga, terutama ketika pengelola utama keuangan juga memikul tanggung jawab domestik yang cukup besar karena alokasi tersebut tidak harus bernilai besar tetapi perlu diakui dan direncanakan secara sadar agar tidak berubah menjadi pengeluaran yang tidak terkendali atau menimbulkan rasa bersalah yang berkepanjangan. Dalam konteks penelitian ini, aktivitas ngopi pagi dapat dipandang sebagai pengeluaran yang efisien karena dilakukan secara terencana, mempunyai frekuensi yang jelas, nominal yang relatif stabil serta memberikan manfaat emosional yang dirasakan secara nyata oleh para informan.

Dengan demikian, persoalan utama bukan terletak pada boleh atau tidaknya seseorang melakukan aktivitas ngopi pagi melainkan pada bagaimana aktivitas tersebut dikelola dalam kerangka anggaran rumah tangga. Selama pengeluaran tersebut disesuaikan dengan kemampuan finansial keluarga, direncanakan secara sadar dan memberikan manfaat yang sebanding dengan biaya yang dikeluarkan, maka pengeluaran tersebut dapat dipandang

sebagai bagian dari strategi pengelolaan keuangan yang rasional. Secara keseluruhan, ketiga tema yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa bagi ibu rumah tangga milenial, efisiensi pengeluaran rumah tangga tidak hanya dimaknai sebagai kemampuan mengurangi biaya atau meningkatkan tabungan dan efisiensi juga dipahami sebagai kemampuan menjaga keseimbangan antara kesehatan finansial dan kesehatan psikologis pengelola keuangan keluarga. Perspektif ini menegaskan bahwa keberhasilan pengelolaan keuangan rumah tangga tidak hanya ditentukan oleh kondisi keuangan yang stabil tetapi juga oleh kemampuan menjaga kesejahteraan emosional individu yang menjalankan fungsi pengelolaan tersebut dan menurut kerangka Akuntansi Utilitas Emosional, pengeluaran yang memberikan manfaat psikologis dan mendukung kualitas pengambilan keputusan dapat dipandang sebagai investasi yang berkontribusi terhadap keberlanjutan kesejahteraan rumah tangga dalam jangka panjang. Berikut kami lampirkan tabel temuan kunci wawancara

Tabel 3. Temuan Kunci Wawancara

Kode Informan	Kutipan Utama	Kategori Utilitas	Implikasi Akuntansi
INF-01	“Ngopi pagi adalah investasi mental untuk merefresh pikiran setelah mengerjakan pekerjaan rumah tangga dan merawat anak-anak”	Kapasitas Kognitif	Biaya Pemeliharaan <i>Human Capital</i>
INF-02	“Mengalokasikan dana ngopi pagi secara terencana mencegah belanja impulsif yang lebih mahal, misalnya jalan-jalan ke mal yang bisa mengeluarkan sampai ratusan ribu”	Pengendalian Diri	Mitigasi Kebocoran Anggaran
INF-03	“Ngobrol saat ngopi pagi memberikan info mengenai pedagang pasar tradisional mana yang menjual sayur dengan harga yang lebih murah atau ada promo apa di supermarket”	Jejaring Informasi	Efisiensi Pengeluaran
INF-04	“Ngopi pagi adalah cara untuk healing. Meningkatkan mood ke level teratas. Dan menjadikan saya menjadi lebih happy dan menjadi diri saya sendiri”	Resiliensi Emosional	<i>Fixed Cost</i> Terencana

Hasil penelitian ini menantang pandangan akuntansi rumah tangga tradisional yang cenderung memandang pengeluaran gaya hidup, termasuk ngopi pagi sebagai bentuk pemborosan murni yang harus diminimalkan dengan temuan bahwa ibu milenial mengklasifikasikan pengeluaran ngopi pagi sebagai *fixed cost* psikologis menunjukkan bahwa dimensi perilaku dan emosional memainkan peran penting dalam struktur

penganggaran rumah tangga.

Transformasi status biaya dari variabel menjadi tetap menggambarkan bagaimana mental accounting bekerja dalam praktik sehari-hari dan menurut kerangka pemikiran akuntansi individu sering kali membagi uang ke dalam rekening mental yang berbeda dan memperlakukan setiap rekening dengan aturan tersendiri. Dalam kasus ini ngopi pagi ditempatkan dalam rekening mental *self-care* atau investasi mental sehingga pengeluaran tersebut dibenarkan selama memenuhi fungsi menjaga kesiapan fisik dan mental ibu rumah tangga yang selaras dengan konsep Akuntansi Utilitas Emosional yang memandang pengeluaran *self-reward* sebagai productive investment terhadap human capital ibu bukan sekadar pengeluaran hedonik.

Temuan tentang efisiensi tersembunyi memperluas pemahaman konvensional tentang efisiensi keuangan dimana secara nominal pengeluaran ngopi pagi menambah beban anggaran namun secara fungsional ia berkontribusi pada pengurangan belanja impulsif yang berpotensi jauh lebih besar. Narasi INF-02 tentang pencegahan belanja ratusan ribu di mall menunjukkan bahwa pengeluaran kecil namun terencana dapat berperan sebagai mekanisme kontrol terhadap kebocoran anggaran yang tidak terprediksi, sehingga menilai efisiensi hanya dari sudut pandang penurunan pengeluaran jangka pendek berisiko menutupi dampak pengeluaran tersebut terhadap stabilitas anggaran jangka menengah.

Tabel 4. Kategorisasi Utilitas Emosional

No	Kode	Fokus Utilitas	Dampak terhadap Manajemen Keuangan
1	INF-01	Kapasitas Kognitif	Biaya Pemeliharaan <i>Human Capital</i>
2	INF-02	Pengendalian Diri	Mitigasi Kebocoran Anggaran
3	INF-03	Jejaring Informasi	Efisiensi Pengeluaran
4	INF-04	Resiliensi Emosional	<i>Fixed Cost</i> Psikologis yang Terencana

Tema keseimbangan neraca psikologis menggarisbawahi bahwa efisiensi rumah tangga sejati mensyaratkan keseimbangan antara likuiditas finansial dan resiliensi emosional pengelola keuangan yaitu ketika ibu sebagai pengelola utama keuangan sekaligus penanggung jawab berbagai tugas domestik mengalami stres yang berkepanjangan, kualitas pengambilan keputusan keuangan berpotensi menurun. Kondisi tersebut dapat tercermin dalam meningkatnya perilaku belanja impulsif, tertundanya perencanaan keuangan atau berkurangnya perhatian terhadap prioritas anggaran rumah tangga dan dalam konteks ini, pengeluaran untuk ngopi pagi yang dilakukan secara terencana dapat dipahami sebagai bentuk *asuransi emosional* yaitu pengeluaran yang berfungsi menjaga kondisi psikologis agar tetap stabil sehingga individu mampu menjalankan peran pengelolaan keuangan secara lebih efektif dan rasional.

Dari sisi konseptual, hasil penelitian ini memperkuat pentingnya pengembangan

paradigma Akuntansi Utilitas Emosional sebagai pendekatan alternatif dalam memahami efisiensi pengeluaran rumah tangga. Paradigma ini menawarkan cara pandang yang lebih luas dengan mengakui bahwa beberapa jenis pengeluaran tidak hanya menghasilkan manfaat finansial tetapi juga manfaat psikologis yang mendukung keberlangsungan fungsi rumah tangga oleh karena itu pengeluaran *self-reward* yang terbukti memberikan kontribusi terhadap kesehatan mental dapat diposisikan sebagai biaya emosional tetap (*fixed emotional cost*) yang dialokasikan secara sadar dalam struktur anggaran keluarga.

Dalam kerangka tersebut, keluarga dapat mempertimbangkan penyediaan porsi anggaran tertentu untuk kebutuhan pemeliharaan kesejahteraan psikologis, misalnya dalam bentuk aktivitas relaksasi, rekreasi sederhana atau kebiasaan seperti ngopi pagi, besaran alokasi tentu perlu disesuaikan dengan kondisi ekonomi dan kemampuan finansial masing-masing keluarga. Dengan pendekatan ini, akuntansi rumah tangga tidak lagi memandang pengelola keuangan keluarga hanya sebagai pihak yang bertugas menekan pengeluaran tetapi juga sebagai individu yang mempunyai kebutuhan psikologis yang perlu dipelihara agar tetap mampu menjalankan fungsi ekonomi dan domestik secara optimal. Pengakuan terhadap kebutuhan tersebut menjadi bagian dari strategi untuk menjaga produktivitas, kualitas pengambilan keputusan dan stabilitas keuangan keluarga dalam jangka panjang.

Meskipun demikian, penelitian ini mempunyai beberapa keterbatasan. Jumlah informan yang relatif terbatas serta fokus penelitian pada wilayah Cimahi Utara menyebabkan hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan pada seluruh kelompok ibu rumah tangga milenial di Indonesia, sehingga penelitian lanjutan perlu dilakukan dengan cakupan wilayah yang lebih luas dan jumlah partisipan yang lebih beragam.

Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan pengujian secara kuantitatif terhadap konsep Akuntansi Utilitas Emosional. Salah satu arah penelitian yang potensial adalah mengukur *Return on Emotional Investment* (ROEI) yaitu tingkat manfaat yang diperoleh dari pengeluaran yang ditujukan untuk menjaga kesejahteraan psikologis. Penelitian juga dapat menguji hubungan antara alokasi biaya emosional tetap, tingkat stres, kualitas pengambilan keputusan keuangan dan indikator efisiensi keuangan rumah tangga pada sampel yang lebih besar, ringkasnya konsep Akuntansi Utilitas Emosional tidak hanya mempunyai landasan konseptual yang kuat tetapi juga dapat didukung oleh bukti empiris yang lebih luas dan terukur.

4 Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa praktik *ngopi pagi* pada ibu rumah tangga milenial tidak dapat dipahami secara memadai hanya melalui perspektif akuntansi rumah tangga tradisional yang menilai efisiensi semata-mata dari kemampuan menekan pengeluaran konsumtif dan memperbesar sisa saldo bulanan. Berdasarkan

pengalaman para informan, *ngopi pagi* dimaknai sebagai aktivitas yang mempunyai fungsi psikologis, sosial dan praktis dalam menopang peran ganda mereka sebagai pengelola domestik sekaligus penopang stabilitas rumah tangga dan makna pengeluaran rumah tangga dalam konteks ini tidak berhenti pada nominal uang yang keluar tetapi juga berkaitan dengan manfaat emosional dan kapasitas fungsional yang dihasilkan bagi pengelola keuangan keluarga.

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa pengeluaran *ngopi pagi* telah mengalami transformasi dari biaya variabel yang bersifat opsional menjadi biaya tetap psikologis dalam *mental accounting* ibu milenial dan melalui proses kategorisasi mental tersebut, pengeluaran untuk kopi pagi tidak lagi diperlakukan sebagai pemborosan biasa melainkan sebagai bentuk *self-care* yang dianggap mampu menjaga fokus, semangat dan stabilitas emosi sebelum menjalankan aktivitas domestik dan ekonomi sepanjang hari. Penelitian ini juga menemukan adanya efisiensi tersembunyi dari pengeluaran *ngopi pagi* yang dilakukan secara terencana. Alokasi dana khusus untuk *ngopi pagi* berfungsi sebagai mekanisme pengendalian diri yang membantu menghindari pelampiasan konsumtif lain yang lebih mahal dan lebih tidak terkendali.

Dari sudut pandang teoritis, hasil penelitian ini mendukung perlunya perluasan paradigma akuntansi rumah tangga menuju konsep Akuntansi Utilitas Emosional dimana paradigma ini menempatkan pengeluaran *self-reward* yang fungsional terhadap kesehatan mental dan kestabilan kinerja domestik sebagai bagian dari pos yang sah dalam struktur anggaran keluarga, sepanjang dialokasikan secara sadar, proporsional dan terukur, sehingga efisiensi rumah tangga autentik bukan hanya soal likuiditas finansial tetapi juga soal kemampuan menjaga resiliensi psikologis pengelola keuangan keluarga agar tetap mampu mengambil keputusan secara rasional dan konsisten. Penelitian ini tetap mempunyai keterbatasan pada jumlah informan yang kecil dan konteks lokasi yang spesifik, sehingga generalisasi temuan perlu dilakukan secara hati-hati, meski begitu, hasilnya membuka peluang bagi penelitian lanjutan untuk menguji konsep *fixed cost* emosional dan *return on emotional investment* dalam pengelolaan keuangan keluarga menggunakan pendekatan kuantitatif atau *mixed methods*.

Daftar Pustaka:

- Bungin, B. (2003). Analisis data penelitian kualitatif: Pemahaman filosofis dan metodologis ke arah penguasaan model aplikasi. Jakarta, Indonesia: RajaGrafindo Persada.
- Hidayat, T. (2024). Fenomena coffee shop sebagai medium komunikasi populer di kalangan generasi muda urban. Jurnal Komunikasi, 12(1), 45–60.

- IdeKuliner. (2024, April 15). Menciptakan “third place”: Memahami peran kafe dalam masyarakat urban. Diakses dari <https://idekuliner.com>
- Jurnal Pendidikan Tambusai. (2025). Metode studi kasus kualitatif sebagai respons paradigma positivistik. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(2), 2706–2715. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/27066>
- Kurniawan, B. (2024). Pemberdayaan ekonomi ibu rumah tangga melalui ekonomi digital dan resiliensi keuangan. *Jurnal Stebi*, 22(3), 114–130.
- Parinding, M. G., & Malisan, S. (2021). Tren ngopi sebagai gaya hidup baru di kalangan generasi milenial. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 9(2), 101–115.
- Patty, V., & Irianto, G. (2013). Fenomenologi dalam penelitian akuntansi: Memberikan makna pada pengalaman subjektif. *Jurnal Akuntansi dan Keuangan*, 15(1), 45–58.
- Pratama, A., Wijaya, B., & Setiawan, R. (2026). Strategi efisiensi pengeluaran rumah tangga pada era digital: Tantangan ibu milenial. *Jurnal Adma*, 14(1), 57–72.
- Rahmawati, N., & Putri, A. (2025). Pengaruh literasi keuangan dan gaya hidup ibu rumah tangga terhadap pengelolaan keuangan keluarga. *Jurnal Aksioma: Jurnal Manajemen dan Bisnis*, 2(2), 417–427.
- Sari, V. M., & Hidayat, M. (2025). Integrasi literasi keuangan dan perilaku konsumtif: Perspektif akuntansi keluarga. *Jurnal Akuntansi & Manajemen*, 19(2), 193–210.
- Thaler, R. H., & Sunstein, C. R. (2008). *Nudge: Improving decisions about health, wealth, and happiness*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Wulandari, R. (2025). Analisis peran coffee shop sebagai tempat ketiga (third place) bagi masyarakat urban. (Skripsi sarjana, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Zulfa, N. (2024). Coffee shop sebagai tempat healing dan pengisi waktu luang di kalangan dewasa muda. *Jurnal Pariwisata dan Leisure*, 3(1), 25–37.