

TÁC ĐỘNG CỦA THÓI QUEN CHI TIÊU VÀ THÓI QUEN TIẾT KIỆM ĐẾN KHẢ NĂNG QUẢN LÝ TÀI CHÍNH CÁ NHÂN CỦA SINH VIÊN TẠI HÀ NỘI

● **NGUYỄN CHUNG THUY¹ - NGUYỄN THU TRANG¹**
- HOÀNG MINH TRANG¹ - HOÀNG VÂN ANH¹

¹Trường Kinh tế - Đại học Công nghiệp Hà Nội

Email: thuync@hau.edu.vn

Email: nguyenthutrang0122005@gmail.com

Email: wminhtrang3510@gmail.com

Email: hngvanh435@gmail.com

TÓM TẮT:

Nghiên cứu nhằm phân tích tác động của thói quen chi tiêu và thói quen tiết kiệm đến khả năng quản lý tài chính cá nhân của sinh viên tại Hà Nội trong bối cảnh kinh tế số. Dữ liệu được thu thập từ 353 sinh viên thông qua khảo sát trực tuyến. Nghiên cứu sử dụng các phương pháp kiểm định Cronbach's Alpha, phân tích nhân tố khám phá (EFA) và mô hình cấu trúc tuyến tính (SEM). Kết quả cho thấy: (i) ảnh hưởng mạng xã hội và so sánh xã hội có tác động tích cực đến FOMO; (ii) FOMO làm gia tăng chi tiêu và làm giảm tiết kiệm; (iii) hành vi tiết kiệm có tác động mạnh nhất đến khả năng quản lý tài chính cá nhân, trong khi hành vi chi tiêu có tác động tiêu cực nhưng yếu hơn; (iv) vai trò điều tiết của tự kiểm soát không được xác nhận như kỳ vọng. Từ đó, nghiên cứu đề xuất các hàm ý nhằm nâng cao năng lực quản lý tài chính cá nhân của sinh viên trong bối cảnh số hóa.

Từ khóa: hành vi tài chính, chi tiêu, tiết kiệm, FOMO, sinh viên, Hà Nội.

1. Đặt vấn đề

Hành vi tài chính cá nhân của sinh viên đang có nhiều thay đổi đáng kể dưới tác động của mạng xã hội, thanh toán không tiền mặt và các mô hình tiêu dùng mới như “mua trước - trả sau”, từ đó làm gia tăng xu hướng tiêu dùng tức thời và làm suy giảm động lực tiết kiệm dài hạn. Tại Việt Nam, đặc biệt là ở Hà Nội - nơi tập trung đông sinh viên, vấn đề quản

lý tài chính cá nhân ngày càng trở nên cấp thiết khi nhiều sinh viên bắt đầu tự chủ tài chính nhưng còn hạn chế về kỹ năng kiểm soát chi tiêu và lập kế hoạch tài chính, dẫn đến mất cân đối thu chi. Mặc dù đã có nhiều nghiên cứu về hành vi tài chính, phần lớn chỉ tập trung vào các yếu tố riêng lẻ như hiểu biết hoặc thái độ tài chính, trong khi mối quan hệ giữa thói quen chi tiêu và thói quen tiết kiệm trong việc hình

thành năng lực quản lý tài chính vẫn chưa được làm rõ, đặc biệt trong bối cảnh chịu ảnh hưởng mạnh từ yếu tố tâm lý và môi trường số. Do đó, nghiên cứu này được thực hiện nhằm phân tích mối quan hệ giữa chi tiêu, tiết kiệm và khả năng quản lý tài chính, làm rõ vai trò của các yếu tố tâm lý như FOMO, đồng thời đề xuất các hàm ý chính sách và giải pháp thực tiễn.

2. Cơ sở lý thuyết và mô hình nghiên cứu

2.1. Cơ sở lý thuyết

Các nghiên cứu hiện đại cho thấy, hành vi tài chính cá nhân không chỉ phụ thuộc vào lý trí mà còn chịu ảnh hưởng mạnh mẽ từ các yếu tố tâm lý và xã hội. Theo lý thuyết hành vi tài chính (Behavioral Finance), những hiện tượng như chi tiêu bốc đồng hay tâm lý sợ bỏ lỡ (FOMO) có thể khiến cá nhân đưa ra các quyết định mang tính phi lý trí. Lý thuyết hành vi có kế hoạch (TPB) cho rằng hành vi của cá nhân chịu sự chi phối bởi thái độ, chuẩn chủ quan và nhận thức kiểm soát hành vi. Đặc biệt, mô hình S-O-R (Stimulus - Organism - Response) giúp giải thích rõ cơ chế hình thành hành vi tài chính, trong đó các yếu tố kích thích từ môi trường như mạng xã hội và so sánh xã hội tác động đến trạng thái tâm lý (FOMO), từ đó dẫn đến các hành vi tài chính như chi tiêu và tiết kiệm, và cuối cùng ảnh hưởng đến kết quả là khả năng quản lý tài chính cá nhân.

2.2. Giả thuyết nghiên cứu

Dựa trên mô hình S-O-R, lý thuyết hành vi có kế hoạch (TPB) và lý thuyết tài chính hành vi, nghiên cứu đề xuất các giả thuyết như sau:

2.2.1. Nhóm giả thuyết về tác động của yếu tố kích thích đến tâm lý

Trong bối cảnh môi trường số, mạng xã hội và quá trình so sánh xã hội đóng vai trò là các yếu tố kích thích quan trọng, ảnh hưởng đến trạng thái tâm lý của cá nhân. Nội dung trên mạng xã hội thường mang tính chọn lọc và lý tưởng hóa, từ đó làm gia tăng cảm giác thiếu hụt và lo sợ bị bỏ lỡ (FOMO). Đồng thời, việc so sánh bản thân với người khác trên các nền tảng số càng làm khuếch đại cảm xúc này. Do đó, nghiên cứu đề xuất:

H1: Ảnh hưởng của mạng xã hội (SMI) có tác động cùng chiều đến FOMO của sinh viên.

H2: So sánh xã hội (SC) có tác động cùng chiều đến FOMO của sinh viên.

2.2.2. Nhóm giả thuyết về tác động của yếu tố tâm lý đến hành vi tài chính

Theo lý thuyết tài chính hành vi, các trạng thái cảm xúc như FOMO có thể làm suy giảm khả năng ra quyết định lý trí, dẫn đến hành vi chi tiêu bốc đồng và thiếu kiểm soát. Khi cá nhân cảm thấy sợ bị bỏ lỡ, họ có xu hướng chi tiêu để “bắt kịp” xu hướng hoặc hòa nhập với nhóm xã hội.

Ngược lại, FOMO có thể làm giảm động lực tiết kiệm do cá nhân ưu tiên lợi ích ngắn hạn hơn mục tiêu dài hạn. Từ đó, các giả thuyết được đề xuất:

H3: FOMO có tác động cùng chiều đến thói quen chi tiêu (SB) của sinh viên.

H4: FOMO có tác động ngược chiều đến thói quen tiết kiệm (SA) của sinh viên.

2.2.3. Nhóm giả thuyết về tác động của hành vi đến kết quả tài chính

Hành vi chi tiêu và tiết kiệm là hai thành phần cốt lõi trong quản lý tài chính cá nhân. Chi tiêu thiếu kiểm soát có thể dẫn đến mất cân đối tài chính, trong khi tiết kiệm giúp tạo nền tảng cho sự ổn định và an toàn tài chính trong dài hạn. Do đó, đề xuất:

H5: Thói quen chi tiêu (SB) có tác động ngược chiều đến khả năng quản lý tài chính cá nhân (PFM).

H6: Thói quen tiết kiệm (SA) có tác động cùng chiều đến khả năng quản lý tài chính cá nhân (PFM).

2.2.4. Giả thuyết về vai trò điều tiết của tự kiểm soát

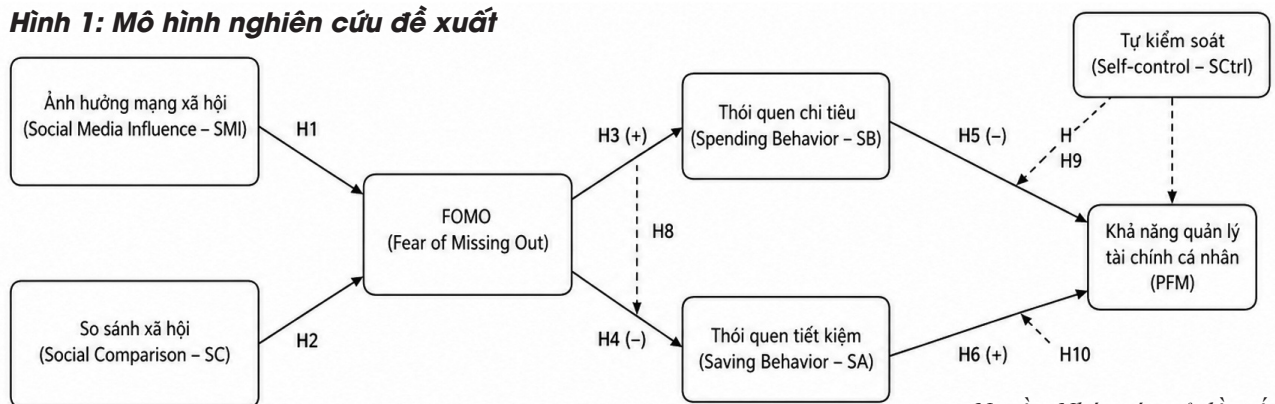
Tự kiểm soát được xem là yếu tố giúp cá nhân điều chỉnh hành vi và kiềm chế các phản ứng cảm xúc. Theo đó, những cá nhân có mức độ tự kiểm soát cao có thể hạn chế tác động tiêu cực của FOMO đến hành vi tài chính.

Cụ thể, tự kiểm soát có thể làm giảm xu hướng chi tiêu bốc đồng và hạn chế sự suy giảm hành vi tiết kiệm do FOMO gây ra. Vì vậy, nghiên cứu đề xuất:

H7: Tự kiểm soát (SCtrl) làm suy yếu tác động cùng chiều của FOMO đến thói quen chi tiêu (SB).

H8: Tự kiểm soát (SCtrl) làm suy yếu tác động ngược chiều của FOMO đến thói quen tiết kiệm (SA).

Tổng hợp các giả thuyết cho thấy một chuỗi tác động logic: Yếu tố môi trường → Tâm lý (FOMO) → Hành vi tài chính → Kết quả tài chính, trong đó tự kiểm soát đóng vai trò điều tiết. Nghiên cứu đề xuất mô hình sau: (Hình 1)

Hình 1: Mô hình nghiên cứu đề xuất

Nguồn: Nhóm tác giả đề xuất

3. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện theo phương pháp kết hợp định tính và định lượng, trong đó giai đoạn định tính thông qua thảo luận nhóm (FGD) với sinh viên nhằm điều chỉnh thang đo, và giai đoạn định lượng được tiến hành bằng khảo sát bằng bảng hỏi sử dụng thang Likert 5 điểm. Đối tượng nghiên cứu là sinh viên tại Hà Nội, mẫu được chọn theo phương pháp thuận tiện kết hợp phân tầng theo năm học và ngành học, với 335 bảng khảo sát hợp lệ được thu thập qua Google Form, đáp ứng yêu cầu phân tích mô hình cấu trúc. Các biến nghiên cứu bao gồm ảnh hưởng mạng xã hội (SMI), so sánh xã hội (SC), FOMO, thói quen chi tiêu (SB), thói quen tiết kiệm (SA), tự kiểm soát (SCtrl) và khả năng quản lý tài chính cá nhân (PFM), được kế thừa và điều chỉnh từ các nghiên cứu trước. Dữ liệu được xử lý bằng phần mềm SPSS và SmartPLS thông qua các bước: kiểm định độ tin cậy thang đo bằng Cronbach's Alpha, phân tích nhân tố khám phá (EFA) và kiểm định mô hình bằng PLS-SEM; đồng thời, vai trò điều tiết của tự kiểm soát được kiểm định thông qua biến tương tác trong mô hình.

4. Kết quả nghiên cứu

4.1. Kiểm định độ tin cậy thang đo

Kết quả kiểm định Cronbach's Alpha cho thấy tất cả các thang đo đều đạt độ tin cậy cao ($\text{Alpha} > 0,7$), không có biến quan sát nào bị loại bỏ. (Bảng 1)

Các thang đo đạt độ tin cậy và được sử dụng cho phân tích tiếp theo.

4.2. Phân tích nhân tố khám phá (EFA)

Kết quả phân tích nhân tố khám phá cho thấy, dữ liệu nghiên cứu hoàn toàn phù hợp để tiến hành EFA. Hệ số KMO đạt 0,861, vượt ngưỡng 0,8, phản ánh

Bảng 1. Kết quả kiểm định độ tin cậy

Thang đo	Số biến	Cronbach's Alpha
SMI	4	0,842
SC	4	0,815
FOMO	4	0,867
SB	4	0,854
SA	4	0,821
SCtrl	4	0,838
PFM	4	0,872

mức độ tương quan giữa các biến quan sát đủ cao và mẫu dữ liệu có tính thích hợp tốt cho việc rút trích nhân tố. Đồng thời, kiểm định Bartlett có ý nghĩa thống kê ($\text{Sig.} = 0,000 < 0,05$), cho thấy các biến quan sát có mối tương quan tuyến tính với nhau, đáp ứng điều kiện cần để thực hiện phân tích nhân tố.

Sau khi tiến hành xoay nhân tố, các biến quan sát đều có hệ số tải nhân tố lớn hơn 0,5, chứng tỏ các biến có mức độ liên kết chặt chẽ với nhân tố đại diện của mình. Đáng chú ý, không xuất hiện hiện tượng tải chéo đáng kể giữa các nhân tố, qua đó đảm bảo tính phân biệt giữa các khái niệm trong mô hình nghiên cứu. Bên cạnh đó, tổng phương sai trích đạt trên 60%, cho thấy các nhân tố được trích xuất có khả năng giải thích phần lớn sự biến thiên của dữ liệu, đồng thời phản ánh giá trị hội tụ tốt của thang đo.

Tổng hợp các kết quả trên, có thể khẳng định rằng cấu trúc thang đo trong nghiên cứu đạt độ tin cậy và

giá trị cần thiết, đáp ứng đầy đủ điều kiện để tiếp tục thực hiện các bước phân tích sâu hơn như kiểm định mô hình và giả thuyết nghiên cứu.

4.3. Kết quả kiểm định mô hình và giả thuyết (SEM)

Kết quả phân tích PLS-SEM cho thấy các mối quan hệ trong mô hình đều có ý nghĩa thống kê, ngoại trừ các giả thuyết điều tiết.

nhất đến khả năng quản lý tài chính cá nhân. Điều này cho thấy việc duy trì kỷ luật tài chính và định hướng dài hạn đóng vai trò cốt lõi trong việc nâng cao năng lực tài chính của sinh viên, vượt lên trên vai trò của việc kiểm soát chi tiêu đơn thuần.

Ngược lại, hành vi chi tiêu bốc đồng có tác động tiêu cực đến khả năng quản lý tài chính, mặc dù mức độ ảnh hưởng không lớn bằng hành vi tiết

Bảng 2. Kết quả kiểm định giả thuyết

Giả thuyết	Mối quan hệ	Hệ số β	P-value	Kết luận
H1	SMI $\rightarrow$ FOMO	0,330	0,000	Chấp nhận
H2	SC $\rightarrow$ FOMO	0,460	0,000	Chấp nhận
H3	FOMO $\rightarrow$ SB	0,613	0,000	Chấp nhận
H4	FOMO $\rightarrow$ SA	-0,320	0,000	Chấp nhận
H5	SB $\rightarrow$ PFM	-0,089	0,031	Chấp nhận
H6	SA $\rightarrow$ PFM	0,724	0,000	Chấp nhận
H7	Điều tiết SB	—	>0,05	Bác bỏ
H8	Điều tiết SA	—	>0,05	Không ý nghĩa

Kết quả nghiên cứu tại Bảng 2 cho thấy, so sánh xã hội là yếu tố tác động mạnh nhất đến FOMO; trong khi đó, FOMO làm gia tăng hành vi chi tiêu và đồng thời làm suy giảm hành vi tiết kiệm. Đặc biệt, hành vi tiết kiệm được xác định là yếu tố có ảnh hưởng mạnh nhất đến khả năng quản lý tài chính cá nhân.

5. Kết luận và hàm ý

5.1. Kết luận

Nghiên cứu đã làm rõ cơ chế tác động của các yếu tố môi trường, tâm lý và hành vi đến khả năng quản lý tài chính cá nhân của sinh viên, thông qua một chuỗi quan hệ có tính hệ thống: Mạng xã hội $\rightarrow$ So sánh xã hội $\rightarrow$ FOMO $\rightarrow$ Hành vi tài chính $\rightarrow$ Khả năng quản lý tài chính. Kết quả cho thấy môi trường số không tác động trực tiếp đến hành vi tài chính mà thông qua quá trình so sánh xã hội và trạng thái tâm lý FOMO, từ đó ảnh hưởng đến các quyết định chi tiêu và tiết kiệm của sinh viên.

Trong chuỗi tác động này, hành vi tiết kiệm được xác định là yếu tố có ảnh hưởng tích cực và mạnh mẽ

kiệm. Tuy nhiên, trong bối cảnh sinh viên dễ bị tác động bởi các yếu tố cảm xúc và xu hướng tiêu dùng hiện đại, chi tiêu thiếu kiểm soát vẫn là một trong những nguyên nhân quan trọng dẫn đến mất cân đối tài chính.

Đặc biệt, nghiên cứu khẳng định FOMO là cơ chế trung gian chủ đạo trong toàn bộ mô hình. FOMO đóng vai trò cầu nối giữa yếu tố môi trường và hành vi tài chính, vừa thúc đẩy hành vi chi tiêu mang tính cảm xúc, vừa làm suy giảm động lực tiết kiệm. Điều này cho thấy, các quyết định tài chính của sinh viên không hoàn toàn dựa trên lý trí mà chịu ảnh hưởng đáng kể từ trạng thái tâm lý và áp lực xã hội trong môi trường số.

Tổng thể, kết quả nghiên cứu không chỉ cung cấp bằng chứng thực nghiệm về vai trò của các yếu tố tâm lý trong hành vi tài chính, mà còn nhấn mạnh tầm quan trọng của việc xây dựng thói quen tiết kiệm và kiểm soát cảm xúc trong việc nâng cao khả năng quản lý tài chính cá nhân của sinh viên trong bối cảnh hiện đại.

5.2. Hàm ý và kiến nghị

5.2.1. Đối với sinh viên

Kết quả nghiên cứu cho thấy, hành vi tiết kiệm đóng vai trò quyết định đối với khả năng quản lý tài chính cá nhân, trong khi các yếu tố tâm lý như FOMO và áp lực từ mạng xã hội có thể làm suy giảm kỷ luật tài chính. Do đó, sinh viên cần chủ động điều chỉnh hành vi theo hướng bền vững hơn.

Thứ nhất, sinh viên nên áp dụng nguyên tắc “tiết kiệm trước - chi tiêu sau” bằng cách trích lập một tỷ lệ cố định từ thu nhập (ví dụ 10-20%) ngay khi nhận được tiền. Cách tiếp cận này giúp hình thành kỷ luật tài chính và hạn chế việc chi tiêu dựa trên phần tiền còn lại.

Thứ hai, sinh viên cần nhận diện và kiểm soát tác động từ mạng xã hội, đặc biệt là các nội dung mang tính kích thích tiêu dùng như quảng cáo, KOLs hoặc lối sống phô trương. Việc giới hạn thời gian sử dụng mạng xã hội, lựa chọn nội dung tích cực hoặc mang tính giáo dục tài chính có thể giúp giảm thiểu cảm giác FOMO và áp lực tiêu dùng.

Thứ ba, sinh viên nên ứng dụng công nghệ trong quản lý tài chính cá nhân, thông qua các ứng dụng theo dõi thu chi, lập ngân sách và đặt mục tiêu tiết kiệm. Các công cụ này giúp nâng cao tính minh bạch, hỗ trợ kiểm soát hành vi chi tiêu và cải thiện khả năng ra quyết định tài chính.

5.2.2. Đối với nhà trường và tổ chức giáo dục

Kiến thức tài chính đơn thuần là chưa đủ, mà cần kết hợp với yếu tố hành vi và tâm lý. Do đó, các cơ sở giáo dục cần có sự điều chỉnh trong cách tiếp cận đào tạo.

Thứ nhất, cần tích hợp giáo dục tài chính cá nhân vào chương trình đào tạo chính khóa, không chỉ dưới dạng lý thuyết mà cần gắn với các tình huống thực tế như lập kế hoạch chi tiêu, quản lý ngân sách và kiểm soát nợ cá nhân.

Thứ hai, nhà trường nên tăng cường đào tạo kỹ năng thực hành, thông qua các workshop, mô phỏng tài chính hoặc hoạt động trải nghiệm. Việc cho sinh viên tiếp cận các tình huống tài chính thực tế sẽ giúp nâng cao khả năng ra quyết định và hình thành thói quen tài chính lành mạnh.

Thứ ba, cần lồng ghép nội dung về tâm lý hành vi tài chính, đặc biệt là các hiện tượng như FOMO, chi tiêu bốc đồng và ảnh hưởng của mạng xã hội, nhằm giúp sinh viên nhận thức rõ hơn về các rủi ro tiềm ẩn trong môi trường số.

5.2.3. Đối với gia đình

Gia đình là môi trường đầu tiên và có ảnh hưởng lâu dài đến hành vi tài chính của cá nhân. Vì vậy, vai trò của gia đình trong việc định hình thói quen tài chính của sinh viên là rất quan trọng.

Thứ nhất, gia đình cần định hướng giáo dục tài chính từ sớm, giúp sinh viên hiểu được giá trị của tiền bạc, tầm quan trọng của tiết kiệm và cách lập kế hoạch tài chính cá nhân.

Thứ hai, nên khuyến khích tính tự chủ tài chính, thông qua việc giao cho sinh viên quản lý một khoản chi tiêu cố định hàng tháng. Điều này giúp sinh viên hình thành trách nhiệm tài chính và học cách cân đối thu - chi.

Thứ ba, gia đình cần thiết lập cơ chế hỗ trợ hợp lý, tránh việc cung cấp tài chính quá dễ dàng, đồng thời khuyến khích sinh viên tham gia lao động bán thời gian để nâng cao nhận thức về giá trị của thu nhập và chi tiêu.

Việc nâng cao khả năng quản lý tài chính cá nhân của sinh viên không chỉ phụ thuộc vào kiến thức mà còn cần sự phối hợp đồng bộ giữa cá nhân - nhà trường - gia đình. Trong đó, việc kiểm soát yếu tố tâm lý (đặc biệt là FOMO) và xây dựng thói quen tiết kiệm đóng vai trò then chốt trong bối cảnh kinh tế số hiện nay ■

TÀI LIỆU THAM KHẢO:

Trương Thanh Hằng, Nguyễn Thị Minh Nguyệt, & Lê Văn Hùng. (2022). Ảnh hưởng của giáo dục tài chính đến hành vi quản lý tài chính cá nhân của sinh viên. *Tạp chí Kinh tế & Phát triển*, (298), 45-54.

Trần Thị Mai Ly, Nguyễn Trung Vương, & Phạm Hoàng Anh. (2023). Các yếu tố ảnh hưởng đến hành vi tài chính cá nhân của sinh viên tại Việt Nam. *Tạp chí Nghiên cứu Tài chính - Marketing*, 67(3), 12-25.

- Lusardi, A., & Mitchell, O. S. (2014). The economic importance of financial literacy: Theory and evidence. *Journal of Economic Literature*, 52(1), 5-44.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324.
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R., & Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 3(4), 206-222.

Ngày nhận bài: 15/3/2026

Ngày phản biện đánh giá và sửa chữa: 29/3/2026

Ngày chấp nhận đăng bài: 15/4/2026

IMPACT OF SPENDING AND SAVING HABITS ON THE PERSONAL FINANCIAL MANAGEMENT CAPABILITIES OF STUDENTS IN HANOI

● **NGUYEN CHUNG THUY¹**

● **NGUYEN THU TRANG¹**

● **HOANG MINH TRANG¹**

● **HOANG VAN ANH¹**

¹School of Economics,
Hanoi University of Industry

ABSTRACT:

This study examines the effects of spending and saving habits on the personal financial management capabilities of students in Hanoi within the context of the digital economy. Data were collected from 353 students through an online survey and analyzed using Cronbach's alpha, exploratory factor analysis (EFA), and structural equation modeling (SEM). The results indicate that social media influence and social comparison exert positive effects on the fear of missing out (FOMO), which in turn increases spending behavior and reduces saving behavior. Among the behavioral factors examined, saving behavior has the strongest positive impact on personal financial management ability, whereas spending behavior has a weaker but statistically significant negative effect. Contrary to expectations, the moderating role of self-control is not empirically supported. These findings provide valuable insights into the psychological and behavioral determinants of financial management and offer practical implications for enhancing students' financial literacy and financial well-being in an increasingly digitalized environment.

Keywords: financial behavior, spending, saving, FOMO, students, Hanoi.