

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Deriansyah & Anita (2013) mengatakan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dapat menyebabkan perubahan sosial dan ekonomi masyarakat. Kemajuan dalam perkembangan yang semakin modern ini dapat membawa seseorang pada perubahan pola gaya hidup. Gaya hidup menampilkan seluruh profil pola tindakan dan interaksi seseorang. Menurut Ajeng (2010) gaya hidup pada jaman sekarang ini adalah cara yang paling tepat untuk dapat masuk ke kelompok sosial yang diinginkan, dan perubahan gaya hidup saat ini sangat terlihat pada remaja. Remaja adalah suatu masa transisi antara masa pada kanak-kanak menuju masa dewasa, pada masa transisi ini remaja mengalami perubahan berbagai perubahan yaitu diantaranya, perubahan biologi (fisik), kognitif serta sosio-emosional (Santrock, 2012).

Santrock (2012) menjelaskan bahwa masa akhir remaja berada pada rentang usia 18-22 tahun. Berdasarkan pernyataan tersebut, mahasiswa digolongkan sebagai remaja akhir yang menuju pada dewasa awal. Menurut Papilia, Ruth dan Gabriela (2015) masa remaja merupakan masa peluang sekaligus masa resiko, karena masa remaja berada dipertigaan antara kehidupan cinta, pekerjaan, dan partisipasi dalam masyarakat dewasa. Dewasa awal merupakan masa peralihan dari masa remaja menuju ke masa dewasa. Masa muda (*youth*) adalah istilah ahli sosiologi Kenneth Kenniston (dalam Lybertha & Desiningrum, 2016), untuk periode transisi antara masa remaja dan masa dewasa yang merupakan masa perpanjangan kondisi ekonomi dan pribadi yang sementara. Masa ini merupakan masa individu untuk mulai dapat memenuhi

kebutuhan ekonomi dan kebutuhan pribadi secara mandiri. Menurut Hurlock, (dalam Lybertha & Desiningrum, 2016) mahasiswa adalah individu yang berada pada fase dewasa awal, yakni berada pada rentang usia 18 tahun $\pm$ 40 tahun. Masa dewasa ini merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Orang dewasa awal diharapkan memainkan peran baru, dan mengembangkan sikap-sikap baru, keinginan-keinginan dan nilai-nilai baru sesuai dengan tugas-tugas baru ini. Selain itu orang dewasa awal juga diharapkan mampu menyesuaikan diri secara mandiri.

Sejalan dengan Monk, Knoers, dan Haditono, (dalam Yuliyasinta & Edwina, 2017) kehidupan mahasiswa yang tergolong ke dalam usia remaja akhir hingga dewasa awal menjadi penerimaan diri dari lingkungan menjadi hal penting, pada masa dewasa ini individu menyerap berbagai macam informasi yang mereka dapatkan seperti cara bersikap, gaya hidup dan perilaku lainnya yang dapat menarik perhatian orang lain. Menurut Sumiati & Chairunnisa, (2010) remaja akhir hingga dewasa awal memiliki kebutuhan agar dapat diterima oleh lingkungan bagi setiap individu dan merupakan suatu hal yang sangat mutlak sebagai makhluk sosial. Menurut Nasroni (dalam Brillandita & Putrianti, 2015) dewasa awal cenderung menginginkan penampilan, gaya, tingkah laku, cara bersikap, dan lain-lainnya akan menarik perhatian orang lain, terutama kelompok teman sebaya. Menurut Deriansyah & Anita (2013) sebagian individu gaya hidup merupakan suatu hal yang penting, karena dianggap sebagai sebuah bentuk untuk mengekspresikan diri dan dapat membedakan gaya hidup satu orang dengan yang lainnya.

Menurut Sumiati & Chairunnisa, (2010) setiap orang memiliki keinginan untuk selalu menjadi orang yang terkini atau tidak ketinggalan jaman, dimana individu menilai bahwa gaya hidup adalah hal yang penting untuk mencapai tingkat kepuasan kebahagiaan dalam kehidupannya dengan menikmati hidup dengan cara bersenang-senang. Hersika, Nastasia & Kurniawan, (2020) mengatakan seiring berjalannya waktu, perkembangan yang semakin pesat dapat memudahkan individu untuk mencari atau mengakses informasi dan kebutuhan hidup masyarakat pun semakin meningkat dari waktu ke waktu. Husna, (2017) selain kebutuhan yang semakin meningkat, masyarakat banyak yang mengikuti hal-hal yang populer atau sesuai dengan tren pada jamannya di kalangan masyarakat dan menjadi salah satu penyebab munculnya gaya hidup hedonis.

Menurut Chaney (dalam Ajeng, 2010), gaya hidup merupakan ciri sebuah dunia modern. Menurut Kotler dan Amstrong (dalam Ajeng, 2010) gaya hidup adalah pola hidup seseorang yang diekspresikan dalam keadaan psikografisnya. Menurut Jibi (dalam Yuliyansinta & Edwina, 2017) saat ini banyak mahasiswa yang berorientasi pada gaya hidup. Gaya hidup mahasiswa saat ini lebih berorientasi pada gaya hidup hedonis, seperti berbelanja, pakaian bermerek, nongkrong di *cafe* dan restoran, nonton film di bioskop, hingga ke tempat hiburan seperti diskotik dan sebagainya. Rianton (2013) hal ini telah menjadi aktifitas gaya hidup, kesenangan dan kebutuhan psikologis. Menurut Levan's dan Linda (dalam Rianton, 2013) gaya hidup hedonis adalah pola perilaku yang dapat diketahui dari aktivitas, minat maupun pendapat yang selalu menekankan pada kesenangan hidup. Adapun menurut Salam (dalam Azizah & Indrawati, 2015) kata "hedon" memiliki arti kesenangan (*pleasure*).

Deriansyah dan Anita (2013) menyatakan bahwa fenomena hura-hura menjadi hal yang biasa dikalangan mahasiswa, semakin jarang terdengar percakapan akademis dilingkungan mahasiswa dan percakapan mahasiswa lebih di dominasi oleh masalah *fashion*, sinetron, film terbaru serta aneka hedonis lainnya. Tambunan (dalam Fitriani, Widodo, & Fauziah, 2013) menyebutkan bahwa 93% konsumen yaitu remaja menganggap belanja ke *mall* merupakan hiburan atau rekreasi. Sejalan dengan pernyataan tersebut, Kunto (dalam Rianton, 2013) menyatakan saat ini banyak kegiatan individu yang mengarah pada gaya hidup hedonis sebagai contoh, pergi ke *mall* atau pergi *shopping*, untuk mencari kesenangan, mampir dibioskop, mampir di diskotik, dan kegiatan hiburan lainnya, semua itu adalah perilaku hedonis yang sudah tercermin pada remaja akhir.

Azizah dan Indrawati (2015) prinsip individu-individu yang menganut gaya hidup hedonis menganggap bahwa sesuatu dianggap baik jika sesuai dengan kesenangan yang didapatkannya, sebaliknya sesuatu yang mendatangkan kesusahan, penderitaan, atau tidak menyenangkan dinilai tidak baik. Individu yang menganut aliran hedonis menganggap atau menjadikan kesenangan sebagai tujuan hidupnya. Pandangan tersebut sangat berpengaruh pada kehidupannya sehingga seseorang akan bertindak dan berusaha sedemikian rupa untuk mencapai tujuannya yaitu kenikmatan dan kesenangan dalam hidup.

Rachma (2017) menggambarkan gaya hidup hedonis sebagai suatu pola hidup yang aktivitasnya untuk mencari kesenangan, seperti lebih senang di luar rumah, jalan-jalan, menghabiskan banyak uang, pergi ke tempat yang populer, *shopping* di *mall*, makan di *cafe* dan restoran, nonton film, berbelanja pakaian bermerek hingga ke

tempat hiburan malam seperti diskotik dan tempat yang membuat individu merasa senang. Menurut Praja & Damayanti (2013) kecenderungan ini sangat erat kaitannya dengan mahasiswa, sejalan dengan penelitian, bentuk-bentuk gaya hidup hedonis yang terlihat pada mahasiswa adalah pergaulan bebas seperti menikmati dunia malam dengan mengunjungi diskotik dan tempat-tempat hiburan malam lainnya, mengkonsumsi minuman-minuman keras bahkan narkoba. Selain itu, menurut Yuliyasinta & Edwina (2017) bentuk gaya hidup hedonis yang muncul pada mahasiswa juga bisa berbentuk perilaku konsumtif seperti gemarnya mahasiswa berbelanja agar penampilannya terlihat *fashionable* dan mahasiswa yang kerap mengikuti taruhan judi *online*, menggampangkan proses perkuliahan, menitip absen saat tidak masuk kuliah serta mengupah jasa pengerjaan tugas kuliah pada orang lain.

Masrukhi (dalam Sartika 2017), menyatakan bahwa 10% mahasiswa merupakan mahasiswa idealis sedangkan 90% merupakan mahasiswa hedonis. Berdasarkan survey yang dilakukan oleh Nadzir (2015), diketahui bahwa kegiatan yang sering dilakukan oleh mahasiswa adalah jalan-jalan ke *mall* (24%), nongkrong di *cafe* (24%), nonton ke bioskop (17%), pergi ke toko buku (10%), karaoke dengan teman-teman (9%), belajar memahami dari dosen (7%), bermain *games* (5) dan pergi ke perpustakaan hanya (5%). Berdasarkan data tersebut, membuktikan bahwa pada saat ini perilaku hedonis semakin marak di kalangan mahasiswa dan hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa lebih mengutamakan kesenangan hidup daripada kegiatan belajar, karena waktu luang yang mereka miliki lebih banyak dihabiskan untuk bersenang-senang. Serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Martha (2010), pada 44 mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, Hasil

penelitian menunjukkan mahasiswa menghabiskan waktu untuk berjalan-jalan di *mall* (75%), bermain *facebook* (70%), menonton film (77%), *clubbing* (13%), makan di *fast food* (41%), nongkrong di *cafe* (50%), belanja di butik (20%) dan jawaban-jawaban lainnya (11%).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 27 Januari 2020 kepada 15 mahasiswa di Universitas Singaperbangsa Karawang menunjukkan bahwa 12 orang diantaranya menunjukkan gaya hidup hedonis. Hal ini dapat dilihat dari sisi kesenangan, seperti senang membeli barang yang bermerek atau *branded* lebih dari 1 kali, *shopping* di *mall* setiap hari, makan di *cafe* dan restoran yang belum pernah dicoba, senang menjadi pusat perhatian, datang ke kampus menggunakan mobil, menonton film terbaru, karaoke bersama teman kelompoknya, bahkan mereka dapat menyempatkan dirinya untuk pergi ke tempat hiburan malam seperti diskotik yang ada di kota Karawang hingga ke luar Kota Karawang. Mereka dapat melakukannya hingga satu minggu sekali bahkan satu minggu dua kali dan mampu menghabiskan uang 1-3 juta rupiah. Menurut hasil wawancara pada 12 orang mahasiswa tersebut jumlah uang yang dikeluarkan perbulannya ada sekitar 3-8 juta rupiah.

Menurut Muis, Taibe, & Adi, (2019) munculnya pola perilaku gaya hidup hedonis selalu ada faktor-faktor yang memengaruhi gaya hidup hedonis pada mahasiswa. Menurut Kotler (dalam Trimartati, 2014) faktor-faktor yang memengaruhi gaya hidup hedonis yaitu, ada dua faktor a) faktor internal meliputi, sikap, pengalaman dan pengamatan, kepribadian, konsep diri, kontrol diri, motif dan persepsi. b) faktor eksternal meliputi kelompok referensi, keluarga, kelas sosial, dan kebudayaan. Sejalan

dengan penelitian Yuliyasinta & Edwina, (2017) faktor yang berperan memunculkan kecenderungan gaya hidup hedonis adalah kontrol diri.

Menurut Calhoun dan Acocella (dalam Ghufon Risnawita, 2012) kontrol diri (*self control*) adalah sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk diri sendiri. Kontrol diri sebagai bentuk pengendalian diri individu terhadap perilakunya sehingga dapat memenuhi harapan sosial. Azizah & Indrawati (2015) menjelaskan kontrol diri sebagai kecenderungan kepribadian yang relatif stabil yang dapat memberikan dampak positif bagi diri sendiri maupun lingkungan sosial. Golfried dan Merbaum (dalam Ghufon & Risnawita, 2012), mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Menurut Aini & Mahardayanti, (2011) kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Hasil penelitian dari Azizah dan Indrawati (2015) menyatakan bahwa kontrol diri memberikan pengaruh terhadap gaya hidup hedonis sebesar 23%. Kontrol diri menjadi penentu muncul atau tidaknya gaya hidup hedonis. Penelitian Anggraini dan Cahyono (2017) terdapat hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada remaja di Surabaya menunjukkan hasil bahwa semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki remaja maka semakin rendah gaya hidup hedonis yang dimilikinya. Sejalan dengan hasil penelitian (Hersika, Nastasia, & Kurniawan, Hubungan antara Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonis Remaja di Kota Padang, 2020) yang

menyatakan bahwa adanya hubungan negatif antara kedua variabel kontrol diri dan gaya hidup hedonis yang artinya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah gaya hidup hedonis dan sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi gaya hidup hedonis.

Menurut Anggraini & Cahyono (2017) kontrol diri sangat penting dimiliki oleh individu, terutama untuk menahan godaan dan nafsu dari dalam diri dan lingkungan. Kemampuan individu mengatur dan mengarahkan diri dapat membantu individu dalam melakukan tindakan yang bermoral yang sesuai dengan harapan sosial. Wenar dan Kerig (dalam Azizah & Indrawati, 2015) kontrol diri yang rendah dapat menjadi penyebab munculnya masalah-masalah perilaku. Kontrol diri sebagai bentuk pengendalian diri individu terhadap perilakunya sehingga dapat memenuhi harapan sosial. Kontrol diri sebagai kecenderungan kepribadian yang relatif stabil yang dapat memberikan dampak positif bagi diri sendiri maupun lingkungan sosial.

Universitas Singaperbangsa Karawang (UNSIKA), adalah salah satu lembaga pendidikan perguruan tinggi yang ada di kabupaten Karawang. UNSIKA memiliki lokasi yang cukup strategis yang berada di dalam lingkungan hiburan yang sangat pesat di kota Karawang, yang berlokasi dekat dengan pusat berbelanja seperti *mall*, hotel, hingga tempat nongkrong mahasiswa seperti *cafe* dan restoran. Sejalan dengan pendapat Susanto (dalam Azizah & Indrawati, 2015) mengungkapkan bahwa atribut kecenderungan gaya hidup hedonis meliputi lebih senang mengisi waktu luang di *mall*, *cafe*, dan restoran-restoran makanan siap saji (*fast food*), serta memiliki sejumlah barang-barang dengan merek prestisius.

Syafaati, Lestari, dan Asyanti (2008) menyatakan bahwa mayoritas pelaku hedonis adalah para generasi muda yang memiliki status sosial ekonomi menengah ke atas. Ini terlihat dari kebutuhan-kebutuhan material (*financial*) yang menopang aktivitas individu yang hedonis yang jelas membutuhkan dana ekstra, mulai dari pemilihan barang-barang bermerek, properti, dan kendaraan, dengan fasilitas dukungan finansial dari orang tua yang mencukupi namun kurang disertai dengan perhatian secara psikologis, mengakibatkan remaja mencari sumber kedekatan psikologis lain dari komunitas yang dimilikinya.

Fenomena gaya hidup hedonis ini pernah dialami dan diobservasi langsung oleh beberapa mahasiswa UNSIKA. Hasil wawancara peneliti pada tanggal 27 Januari 2020, menyatakan bahwa fashion merupakan suatu hal yang terpenting bagi mereka karena mereka merasa tidak ingin ketinggalan jaman, dengan pergi ke kampus menggunakan mobil dan pada saat tidak ada jam perkuliahan mereka sering keluar kampus untuk makan di *mall*, mencari *cafe* yang belum pernah dicoba, karaoke, belanja pakaian dan terkadang mereka menyempatkan diri untuk pergi ke tempat hiburan seperti diskotik yang ada di kota Karawang hingga ke luar kota Karawang. Individu dapat meminimalisir perilaku gaya hidup hedonis dengan mengatur dan mengarahkan perilaku agar lebih menumbuhkan perilaku yang positif.

Kontrol diri sangat penting dimiliki oleh individu, terutama kontrol diri yang dilakukan untuk menahan godaan dan nafsu di dalam diri, kemampuan ini dapat membantu individu dalam melakukan tindakan yang bermoral yang sesuai dengan harapan sosial. Mahasiswa yang memiliki kemampuan finansial menjadi mudah terpengaruh, tidak dapat mengatur dan menahan diri untuk memenuhi keinginan

semata. Begitupun sebaliknya mahasiswa yang kurang mampu dalam hal finansial namun memaksakan diri untuk memenuhi keinginannya agar menjadi perhatian dan diterima oleh kelompok teman sebaya. Sejalan dengan penelitian Fitriani (2020) menyatakan bahwa teman sebaya memiliki pengaruh yang tinggi terhadap kontrol diri.

Berdasarkan permasalahan di atas, maka peneliti memiliki ketertarikan untuk meneliti gaya hidup hedonis dan kontrol diri. Judul dalam penelitian ini adalah kontribusi kontrol diri terhadap gaya hidup hedonis pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis di Universitas Singaperbangsa Karawang (UNSIKA).

1.2 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, apakah ada kontribusi kontrol diri terhadap gaya hidup hedonis pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis di Universitas Singaperbangsa Karawang?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian dalam penelitian ini yaitu, untuk mengetahui kontribusi kontrol diri terhadap gaya hidup hedonis pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis di Universitas Singaperbangsa Karawang.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan pada penelitian ini adalah :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah untuk mengembangkan ilmu psikologi, khususnya ilmu psikologi perkembangan serta ilmu psikologi industri dan organisasi agar lebih kaya dan aplikatif.

1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan acuan untuk mahasiswa itu sendiri dan peneliti selanjutnya, khususnya tentang kontribusi kontrol diri terhadap gaya hidup hedonis pada mahasiswa.

