

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kesenangan yang berlebihan tanpa melihat orang-orang disekitar sepertinya sudah mulai nampak di Indonesia. Sudah banyak masyarakat di Indonesia tidak lagi mempedulikan yang namanya silaturahmi antara individu satu dengan individu lainnya, padahal budaya Indonesia sudah sangat terkenal dengan keramahannya dengan masyarakat lain. Salah satu penyebab dari masalah ini adalah pengaruh *hedonism*. Hedonisme adalah pandangan hidup yang mengutamakan kesenangan dan kenikmatan materi adalah tujuan utama. Jadi dapat dikatakan bahwa para penganut hedonisme ini lebih mementingkan kesenangannya, tidak lagi peduli oleh orang yang berada di sekitarnya, karena yang terpenting bagi penganut hedonisme adalah kesenangan. Salah satu contoh hedonisme seperti berfoya-foya, hura-hura dan belanja di supermarket secara berlebihan. Hal inilah dampak dari pandangan hidup dengan cara bersenang-senang atau hedonism, selain itu budaya hedonisme ini lebih cenderung ke budaya barat.

Hedonisme adalah aktivitas apapun yang selalu dilakukan mencapai kenikmatan, bagaimanapun caranya, apapun sarananya, dan apapun akibatnya. Orientasi hidup selalu diarahkan kesenangan dengan menghindari perasaan-perasaan yang tidak enak atau menyakitkan. Gaya hidup seperti ini dengan sangat mudah dapat dijumpai dalam kehidupan sehari-hari dilingkungan yang tidak asing dalam pergaulan (Dewojati, 2010: 16).

Pada era globalisasi, maka secara tidak langsung masyarakat di Indonesia juga mulai berkiblat ke budaya barat. Secara otomatis pengaruh hedonisme juga sudah muncul di Indonesia, seperti ramainya tempat hiburan malam, anak muda banyak yang mabuk-mabukan yang berakibat pada keributan. Dampak lain yang muncul pada remaja akibat hedonisme adalah banyaknya pelajar yang malas untuk belajar atau tidak ada lagi semangat untuk belajar akibat kesenangan yang memanjakan mereka, selain itu sudah banyak pula masyarakat di Indonesia yang terlalu mengagungkan kesenangan duniawi, sehingga lupa akan tujuan hidupnya dan hubungan silaturahmi di Indonesia sudah mulai redup, baik individu dengan individu lain, maupaun dengan masyarakat karena mereka mementingkan diri sendiri tanpa melihat di sekitarnya.

Orientasi nilai dari budaya tersebut, secara umum dapat dilihat pada merebaknya gaya hidup hedonistic yang melanda sebagian masyarakat. Ukuran sukses hidup, menjadi semakin pragmatis, bahkan pada sebagian masyarakat, ukuran kesuksesan semata-mata diukur dengan seberapa banyaknya harta dan materi.

Remaja merupakan bagian dari masyarakat yang termasuk dalam kategori generasi penerus bangsa Indonesia di masa depan. Peran remaja sebagai generasi penerus akan menentukan kemajuan dan kemampuan Indonesia untuk bersaing dengan negara lain dalam segala bidang, baik ilmu pengetahuan, teknologi, informasi maupun lainnya. Adanya fenomena dan gaya hidup hedonisme yang main marak memberikan pengaruh kepada remaja. Fakta adanya fenomena dan gaya hidup hedonisme yang marak di kalangan generasi penerus bangsa Indonesia, misalnya sudah tercermin dari perilaku remaja sehari-hari. Mayoritas remaja berlomba dan

bermimpi untuk bisa hidup mewah, berfoya-foya dan “nongkrong” di *café*, mall dan plaza, ini merupakan bagian dari agenda hidup remaja sebagai efek negatif dari semakin banyaknya mall, plaza dan hipermarket lainnya. Dampak negatif yang lainnya timbul dari gaya hidup hedonis sampai pada perbedaan status sosial yang terlalu mencolok akan menimbulkan kecemburuan sosial yang memicu adanya kerusuhan-kerusuhan karena tingkat kemakmuran yang tidak merata.

Pernyataan ini sungguh ironis mengingat remaja merupakan generasi penerus bangsa dan di pundaknyalah harapan semua orang bertumpu. Remaja yang terpengaruh budaya hedonis dan sulit melepaskan diri dari pengaruh teman-temannya yang sama-sama berperilaku hedonis perlahan-lahan akan kehilangan daya pikir, logika, nalar, dan analisisnya.

Gaya hidup hedonis sangat menarik bagi remaja, daya pikatnya sangat luar biasa, sehingga dalam waktu singkat muncullah fenomena baru akibat ini. Fenomena yang muncul, ada kecenderungan untuk lebih memilih hidup enak, mewah, dan serba kecukupan tanpa harus bekerja keras. Anggapan “remaja yang gaul dan *funky*” baru melekat bila mampu memenuhi standar tren saat ini, yaitu minimal harus mempunyai telepon pintar, lalu baju serta dandanan yang selalau mengikuti mode. Beruntung bagi remaja yang termasuk dalam golongan berduit, sehingga dapat memenuhi semua tuntutan kriteria tersebut, akan tetapi bagi yang tidak mampu dan ingin cepat seperti itu, pasti jalan pintasnya yang akan ditempuh.

Semua orang sebenarnya memiliki gaya hidup hedonis yang membedakannya adalah tingkatannya, hedonis sedang dan hedonis berat yang sudah menganggap bahwa kesenangan adalah tujuan hidupnya. Masalah inilah yang

banyak meracuni remaja sekarang ini, gaya hidup hedonis menganggap kepuasan materi menjadi tujuan utamanya. Banyak dari remaja yang masih bergantung kepada orangtua, tentunya ketika ada keinginan yang tidak terpenuhi akan merasa terancam dengan tuntutan dan perubahan gaya hidup yang selalu berubah mengikuti perkembangan zaman, merasa takut gagal, gelisah, dan tertekan takut akan di cap orang yang ketinggalan zaman apabila tidak mengikuti tren masa kini apabila terus-terusan dibiarkan dapat menyebabkan stres.

Sekarang banyak kegiatan yang mengarah pada gaya hidup hedonis, namun tidak menyadari itu adalah gaya hidup hedonis contoh jalan-jalan ke *mall* hanya sekedar *refreshing* atau pergi *shopping* untuk mencari kesenangan, banyak yang suka mampir di bioskop menonton film terbaru kesukaannya, mampir di diskotik, pesta mode, dan kegiatan hiburan lainnya semua itu adalah perilaku hedonis.

Perilaku hidup hedonis pada sebagian siswa SMA 1 Bae ini diperkuat dari hasil wawancara dengan guru BK yang bernama Nor Istiyannah, S.Pd, dan pengamatan peneliti pada hari Senin, 14 Desember pukul 09.00 WIB dari hasil pengamatan dan wawancara tersebut menunjukkan bahwa ada dua siswa yang memiliki gaya hidup hedonis yaitu siswa MRZ yang suka membeli barang untuk memodifikasi motornya, seperti mengganti knalpot, mengkrom bodi mesin, mengganti *velg*, dan ban, padahal kegiatan memodifikasi kendaraan tersebut merupakan tindakan yang kurang memberikan nilai kegunaan yang lebih baik dibandingkan pada kondisi kendaraan standar, bahkan cenderung pemborosan. Selain itu ada siswa yang berinisial WNI yang suka membeli barang-barang dengan harga yang relatif mahal. Tidak jarang barang yang dibeli seperti tas mahal, gawai terbaru, juga dibawa

serta ke sekolah. Dari penampilan kesehariannya WNI nampak seperti siswi pada umumnya karena memang masih mengenakan seragam. WNI juga dikenal sebagai siswa yang sangat aktif di media sosial seperti *instagram*. Dalam setiap postingannya di *instagram*, WNI selalu ingin menunjukkan kepada setiap pengikutnya bahwa dirinya sedang berada di sebuah tempat yang sedang menjadi tren bagi sebagian orang. Belum lagi beberapa postingan saat dirinya berada di sebuah kafe dengan jepretan foto yang menunjukkan dirinya sedang jalan-jalan dan selalu senang dalam hidupnya. Terkadang pula WNI memamerkan barang-barang yang baru saja di beli beserta *price tag* juga diposting di media sosial miliknya.

Dampak negatif terhadap siswa SMA 1 Bae yang memiliki sikap gaya hidup hedonis, terlihat dari perilaku siswa dalam mengikuti Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) yang berlangsung, siswa tersebut kurang memperhatikan pelajaran, motivasi belajar rendah, siswa suka mengobrol saat pelajaran, siswa sering tidur saat pelajaran berlangsung, sehingga prestasi belajarnya rendah.

Jika sikap hedonisme dibiarkan saja, ini akan menjadi racun bagi dunia pendidikan, terutama pendidikan menengah (SMA). Membiarkan racun berlangsung dalam tubuh remaja sama artinya menyediakan pembunuh karakter intelektual atas siswa tersebut dan prestasi akademiknya. Oleh karena itu penulis berupaya mengatasi perilaku hedonis dengan menerapkan model konseling *Rational Emotif Behavior Therapy* (REBT) bagi siswa yang memiliki perilaku hedonis.

REBT adalah salah satu pendekatan dalam proses konseling. Pada penelitian ini peneliti memilih pendekatan REBT dimaksudkan untuk pemberian penyadaran kepada konseli bahwa segala sesuatu tidak berputar di sekitarnya sehingga segalanya

tidak bisa terjadi sesuai apa yang dikehendakinya dan tidak semua hal negatif yang ada dipikirkannya adalah sesuatu yang pasti terjadi. Pendekatan REBT ini dipilih peneliti, karena mempunyai keunggulan dengan mengubah pemikiran seseorang, yang diharapkan dan memunculkan perilaku yang adaptif sehingga dapat dijadikan sebagai pedoman dalam menangani masalah pemikiran irasional yang mempengaruhi kognitif dan tingkah laku seseorang.

Praktik dari pendekatan REBT terdapat teknik *Cognitive Disputation* yaitu penyadaran yang dilakukan dengan memperdebat beberapa gagasan dasar yang irasional dari pemikiran konseli yang telah memotivasi banyak gangguan tingkah laku, serta menunjukkan ketidaklogisannya. Kaitannya dengan penelitian ini ialah agar konseli dapat merubah keyakinan irasionalnya sehingga dapat mempengaruhi tingkah laku yang saat ini konseli alami.

Berdasarkan pertimbangan-pertimbangan dan latar belakang tersebut di atas mendorong penulis untuk memilih judul proposal “Penerapan Model Konseling *Rational Emotif Behavior Therapy* untuk Mereduksi Sikap Hedonisme di SMA 1 Bae”.

1.2 Fokus dan Lokus Penelitian

1.2.1 Fokus Penelitian

Fokus penelitian adalah apa yang akan diteliti terhadap subjek yang dipilih. Dalam penelitian ini fokus penelitiannya adalah siswa kelas XII SMA 1 BAE yang mempunyai sikap hedonisme. Peneliti menggunakan pendekatan REBT dalam mengatasi permasalahan yang dialami oleh siswa.

Konseli dalam penelitian ini berjumlah dua konseli, yaitu MRZ sikap yang di tunjukkan siswa adalah suka membeli barang-barang yang kurang dioerlukan untuk memodifikasi kendaraan seperti memodifikasi knalpot, mengkrom bodi mesin, mengganti velk dan ban, padahal kegiatan memodifikasi kendaraan tersebut merupakan tindakan yang kurang memberikan nilai kegunaan yang lebihbaik, dibandingkan pada kondisi kendaraan standar bahwan cenderung pemborosan. Kedua adalah WNI seorang siswi yang gemar sekali membeli dan mengoleksi barang-barang mahal. WNI juga selalu membuat postingan di media sosial yang menunjukkan bahwa dirinya sedang berada di tempat yang sedang menjadi tren bagi kalangan anak muda pada saat ini. Selain itu dalam pembelian serta pemilihan busana dan aksesorisnya WNI juga selalu memilih barang dengan harga yang mahal. Semua itu dilakukan untuk meningkatkan status sosial dirinya di kalangan siswa lain.

Dampak negatif dari perilaku hedonis terlihat dari perilakunya dalam mengikuti pelajaran, seperti; kurang memperhatikan pelajaran, motivasi belajar rendah, suka mengobrol saat pelajaran, siswa sering tertidur saat pelajaran berlangsung, sehingga prestasi belajarnya rendah. Dengan gejala yang ditunjukkan oleh kedua konseli di atas, maka peneliti menawarkan pendekatan REBT untuk mereduksi sikap hedonisme pada siswa kelas XII SMA 1 Bae.

1.2.2 Lokus Penelitian

Lokus adalah tempat yang menggambarkan di mana ilmu tersebut berada. Dalam hal ini lokus dari penelitian adalah penerapan konseling individu melalui pendekatan REBT terhadap siswa SMA 1 Bae yang memiliki perilaku hedonis.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalahnya sebagai berikut:

1. Faktor-faktor apa yang mempengaruhi perilaku hedonis pada siswa SMA N 1 Bae?
2. Apakah Konseling *Rational Emotif Behavior Therapy* dapat mengatasi masalah perilaku hedonis pada siswa SMA N 1 Bae?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang hendak dicapai dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Menemukan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku hedonis pada siswa SMA 1 Bae.
2. Membantu mengatasi perilaku hedonis pada siswa SMA N 1 Bae.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1.5.1 Manfaat Teoritis

Memperluas dan memperdalam pengetahuan dan sekaligus sebagai kontribusi teori konseling *Rasional Emotif Behavior Therapy* dalam membantu siswa untuk mengatasi perilaku hedonis.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Konseli

Konseli dapat meninggalkan perilaku hedonis melalui konseling *Rational Emotive Behavior Therapy*.

2. Guru Bimbingan dan Konseling

Guru pembimbing dapat menerapkan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk membantu siswa yang memiliki perilaku hedonis di SMA N 1 Bae.

3. Kepala Sekolah

Kepala sekolah dapat menerapkan kebijakan untuk meningkatkan mutu pendidikan dan memperhatikan perkembangan siswa.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Sesuai judul penelitian yang berbunyi “Penerapan Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk Mereduksi Sikap Hedonisme di SMA 1 Bae” maka dalam penelitian ini hanya mengungkap tentang cara memberikan bantuan penyelesaian masalah siswa SMA N 1 Bae yang memiliki perilaku hedonis dengan menggunakan penerapan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy*.

