

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Gaya hidup selalu mengalami perubahan seiring perkembangan zaman. Kehidupan yang semakin modern membuat banyak kalangan memiliki pola hidup yang unik dan memiliki kepribadian yang unik. Gaya hidup tersebut dipengaruhi oleh faktor lingkungan misalnya lingkungan tempat tinggal, lingkungan sekolah, maupun lingkungan di dalam masyarakat. Gaya hidup seseorang juga dapat disebabkan oleh perkembangan teknologi yang semakin pesat.

Menurut Setiadi (2008:148) gaya hidup ditetapkan sebagai bagaimana mereka menggunakan waktu mereka (aktifitas), apa yang mereka anggap penting terhadap lingkungannya (ketertarikan), dan apa yang mereka pikir tentang diri mereka sendiri dan dunia sekitar (pendapat).

Perkembangan ekonomi yang semakin pesat juga menjadikan banyak berdirinya gedung-gedung mal dan pusat hiburan. Banyak kenyamanan yang ditawarkan dari berdirinya gedung-gedung tersebut, dari sekedar jalan-jalan, shopping, dan nongkrong. Hal tersebut sebenarnya adalah ajakan bagi anak muda khususnya remaja untuk memasuki suatu budaya yang disebut dengan budaya hedonis.

Salam (dalam Daulay 2016:11) menyatakan bahwa hedonisme adalah sesuatu yang dianggap baik, sesuai dengan kesenangan yang di datangkannya. Orang-orang yang menganut aliran ini dengan sendirinya menganggap atau menjadikan kesenangan itu sebagai tujuan hidupnya, mereka biasanya hidup

boros, mengutamakan kesenangan pribadi, suka berhura-hura dan lain-lain yang membuat hal tersebut membuat mereka lebih senang menikmati dunia ini.

Menurut Susianto (dalam Rianton,2013:78)orang yang menganut gaya hidup hedonisme adalah individu yang mengerahkan segala aktivitasnya untuk mencapai kesenangan hidup, sebagian besar perhatiannya ditujukan paa lingkungan di luar rumah, cenderung memilih-milih teman, ingin menjadi pusat perhatian, sehingga mereka tidak segan-segan membeli barang mahal.

Dampak buruk dari gaya hidup hedonisme menurut Daulay, 2016:13 adalah individualisme, pemalas, pergaulan bebas, konsumtif, diskriminasi, egois, dan boros.

Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang berarti tumbuhataut tumbuh menjadi dewasa. Menurut Lerner (dalam Sumardjono, 2014:1) istilah adolensence mempunyai arti sebagai periode kehidupan dengan karakteristik biologis, kognitif, psikologis dan sosial yang sedang berubah dalam pola yang saling berkaitan dari masa sebelumnya atau masa anak-anak. Masa remaja merupakan masa yang sangat penting dimana pada masa inilah para remaja mencari jati diri mereka. Jati diri sendiri merupakan identitas yang akan dibawa sampai dewasa. Individu pada masa ini sangat mudah dipengaruhi oleh berbagai hal karena adanya rasa ingin tahu.

Namun kenyataan di lapangan, penulis melihat banyak terdapat para pelajar khususnya siswa-siswi Sekolah Menengah Atas yang memiliki gaya hidup hedonis. Biasanya siswa-siswi tersebut menjadi orang yang berfoya-foya, berteman secara berkelompok, saling menyaingi dalam hal fashion, dan tidak mengutamakan pelajaran. Gaya hidup mereka sangat dipengaruhi oleh lingkungan

seperti café, mall, dan media sosial. Beberapa dari mereka juga dipengaruhi oleh orang yang diidolakannya. Sehingga hal tersebut menjadikan banyak siswa-siswi yang gaya hidupnya melebihi batas kewajaran selayaknya sebagai seorang pelajar.

Tidak semua remaja dapat menyesuaikan diri terhadap perkembangan zaman. Remaja merupakan individu yang mudah berubah akibat adanya modernisasi. Hal ini dikarenakan remaja berada pada masa transisi dari kehidupan anak-anak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan dan perkembangan yang pesat baik dari segi fisik maupun psikis.

Seperti halnya yang peneliti temui saat melaksanakan kegiatan Program Pengalaman Lapangan Terpadu (PPLT) di SMA Negeri 8 Medan, banyak sekali siswa-siswi yang kurang mampu mengontrol diri. Mereka seolah-olah menjadikan sekolah itu hanya “sekedar sekolah”, artinya mereka tidak terlalu peduli kepada pendidikannya, yang terpenting buat mereka adalah menjadi *famous* disekolah dan diluar sekolah. Saat kegiatan belajar mengajar pun mereka hanya asik dengan gadget mereka, untuk berfoto-foto, dan melihat *fashion-fashion* terbaru dari *online shop*. Beberapa dari mereka ada yang sampai bolos sekolah, hanya untuk mengikuti kegiatan *hunting* foto, agar foto yang diunggah dimedia sosial mereka lebih menarik dan membuat mereka semakin dikagumi oleh teman-temannya. Bahkan mereka berani mengunggah foto-foto vulgar hanya untuk eksistensi semata.

Berbagai upaya yang telah dilakukan untuk mengatasi hal tersebut, seperti menasehati siswa dalam bentuk bimbingan dan konseling, memberikan hukuman fisik, bahkan panggilan orang tua. Namun upaya tersebut belum juga mampu untuk mengatasi permasalahan tersebut secara maksimal. Oleh karena itu,

peneliti ingin mencoba memaksimalkan bimbingan konseling dengan salah satu layanannya untuk mengatasi permasalahan tersebut. Didalam penelitian ini peneliti menggunakan layanan konseling individual.

Dalam penelitian ini peneliti memberikan beberapa solusi untuk mengurangi gaya hidup hedonis pada remaja khususnya siswa-siswi SMA, yaitu dengan melakukan pendekatan-pendekatan terapi yang dipelajari oleh peneliti. Pendekatan-pendekatan tersebut antara lain Pendekatan Client-Centered, Terapi Gestalt, Terapi Tingkah Laku, Terapi Rasional-Emotif, Terapi Realitas. Diantara berbagai pendekatan-pendekatan tersebut, peneliti memilih menggunakan Teknik Realita.

Teknik Realita adalah suatu sistem yang difokuskan kepada tingkah laku sekarang. Teknik ini berfungsi sebagai guru dan model serta memberikan klien cara-cara yang bisa membantu menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri atau orang lain. Inti pendekatan dengan terapi realita ini adalah penerimaan tanggung jawab pribadi.

Tujuan dari teknik realita ini adalah untuk memberikan kondisi-kondisi yang akan membantu klien mengembangkan kekuatan psikologis guna mengevaluasi tingkahlaku mereka yang sekarang.

Keunggulan dari teknik realita adalah karena memandang perilaku menyimpang individu bukan bawaan dari lahir atau perilaku abnormal, tetapi karena pengaruh lingkungan. Selain itu, karena teknik ini sangat menekankan tanggung jawab atas perbuatan atau tingkahlaku kepada klien.

Berdasarkan apa yang telah diuraikan diatas dan fenomena yang ada, maka penelitian ingin melakukan penelitian dengan judul **“Mereduksi Gaya Hidup**

## **Hedonisme Melalui Layanan Konseling Individual dengan Pendekatan Realita Pada Siswa SMA Negeri 8 Medan T.A 2017/2018”.**

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka identifikasinya adalah:

1. Adanya siswa-siswi yang memiliki gaya hidup hedonis.
2. Siswa-siswi kurang mampu mengontrol gaya hidup.
3. Pada masa remaja, individu sangat mudah dipengaruhi oleh berbagai hal karena adanya rasa ingin tahu.
4. Banyak siswa-siswi yang gaya hidupnya melebihi batas kewajaran selayaknya seorang pelajar.
5. Dibutuhkan bantuan berupa layanan konseling untuk mereduksi gaya hidup hedonisme siswa-siswi di sekolah.

### **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, agar masalah yang diteliti jelas dan terarah, maka perlu rasanya pembatasan masalah. Adapun batasan masalah penelitian ini adalah “mereduksi gaya hidup hedonisme melalui konseling individual dengan pendekatan realita di SMA Negeri 8 Medan T.A 2017/2018”.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah melalui layanan konseling individual dengan pendekatan realita dapat mereduksi gaya hidup hedonisme pada siswa SMA Negeri 8 Medan T.A 2017/2018?”.

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan konseling individu dengan pendekatan realita dalam mereduksi gaya hidup hedonisme pada siswa-siswi di SMA Negeri 8 Medan T.A 2017//2018.

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat, baik secara teoritis maupun secara praktisi bagi penulis sendiri. Adapun manfaat yang dimaksud adalah :

##### **a. Manfaat Teoritis**

1. Hasil penelitian diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang Pendidikan khususnya yang berkaitan dengan Bimbingan dan Konseling.

2. Hasil penelitian diharapkan dapat mengembangkan ilmu Bimbingan dan Konseling, khususnya yang berkaitan dengan konseling individual pendekatan realita dan gaya hidup hedonis.

## **b. Manfaat Praktis**

### 1. Bagi Kepala Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dalam menambah pengetahuan untuk bekerja sama dengan guru BK dalam memberikam layanan kepada siswa.

### 2. Bagi Guru BK

Dapat dijadikan sebagai pijakan dan masukan bagi konselor dalam memberikan pelayanan konseling individu untuk mereduksi gaya hidup hedonisme pada siswa.

### 3. Bagi siswa

Setelah mendapatkan layanan konseling individual gaya hidup hedonisme pada siswa akan berkurang.

### 4. Bagi Orang Tua

Memberi informasi dan pemahaman mengenai bagaimana cara mengatasi anak mereka yang memiliki gaya hidup hedonisme.

### 5. Bagi Peneliti

Bagi peneliti diharapkan dapat bermanfaat nantinya dalam mengembangkan penalaran, membentuk pola pikir yang dinamis, sekaligus mengetahui kemampuan peneliti dalam menerapkan ilmu yang dipelajari guna memanfaatkan layanan konseling individu dengan teknik realita untuk mengurangi gaya hidup hedonis pada siswa-siswi.

## 6. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat dijadikan bahan masukan untuk mengetahui sejauh mana manfaat pengaruh layanan konseling individu dengan teknik realita untuk mengurangi gaya hidup hedonisme.