

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Gaya hidup selalu mengalami perubahan seiring perkembangan zaman. Kehidupan yang semakin modern membawa manusia pada pola perilaku yang unik, yang membedakan individu satu dengan individu yang lain dalam persoalan gaya hidup. Bagi sebagian orang gaya hidup merupakan suatu hal yang penting karena dianggap sebagai sebuah bentuk ekspresi diri. Gaya hidup merupakan gambaran bagi setiap orang, seberapa besar nilai moral orang tersebut dalam masyarakat disekitarnya.

Menurut Adler (Trimartati, 2014: 20) bahwa gaya hidup merupakan cara yang unik dari setiap orang dalam berjuang mencapai tujuan khusus yang telah ditentukan orang itu dalam kehidupan tertentu dimana seorang individu berada. Perilaku gaya hidup hedonisme yang tampak di kalangan remaja saat ini, disamping adanya perubahan dari kehidupan masyarakat modern, diyakini pula adanya perubahan pada proses perkembangan individu. Hal ini ditandai dengan keinginan untuk mandiri dan mencari konsep diri. Semakin bertambahnya zaman dan semakin canggihnya teknologi, maka semakin berkembang luas pula penerapan gaya hidup oleh manusia dalam kehidupan sehari-hari. Gaya hidup juga dapat memberikan pengaruh positif atau negatif bagi yang menjalankannya, itu tergantung pada bagaimana orang tersebut. Salah satu pengaruh perkembangan jaman adalah semakin maraknya gaya hidup hedonisme di kalangan remaja.

Amstrong (Trimartati, 2014: 21) mengatakan bahwa gaya hidup hedonisme adalah suatu pola hidup yang aktivitasnya untuk mencari kesenangan hidup, seperti lebih banyak menghabiskan waktu diluar rumah, lebih banyak bermain, senang pada keramaian kota, senang membeli barang mahal yang disenanginya, serta selalu ingin menjadi pusat perhatian. Gaya hidup antara individu satu dengan yang lainnya akan berbeda. Gaya hidup menunjukkan bagaimana seseorang mengatur kehidupan pribadinya, kehidupan masyarakat, perilaku di depan umum, dan upaya membedakan statusnya dari orang lain melalui lambang-lambang sosial.

Gaya hidup hedonisme merupakan wujud dari ekspresi dari perilaku eksperimental yang dimiliki oleh remaja untuk mencoba suatu hal yang baru. Perilaku eksperimental tersebut masih dipandang wajar apabila tidak memunculkan pola perilaku yang lebih dominan pada kesenangan hidup dari pada kegiatan belajar. Hedonisme sebagai fenomena dan gaya hidup sudah tercermin dari perilaku mereka sehari-hari. Mayoritas pelajar berlomba dan bermimpi untuk bisa hidup mewah, berfoya-foya dan nongkrong di cafe, mall dan plaza. 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. Remaja sekarang cenderung lebih suka kesenangan dan kenikmatan dalam menjalani hidup. Kepedulian terhadap lingkungan sekitar terlupakan oleh kenikmatan sesaat. Remaja sering kali digambarkan sibuk berpacaran dengan gaya hidup yang menonjolkan tampilan fisik.

Fenomena yang muncul, ada kecenderungan untuk lebih memilih hidup enak, mewah, dan serba kecukupan tanpa harus bekerja keras. Status “remaja yang gaul dan *funky*” baru melekat bila mampu memenuhi standar *tren* saat ini, yaitu minimal harus mempunyai *gadget smartphone*, lalu baju serta dandanan yang selalu mengikuti mode. Beruntung bagi mereka 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 pintaslah yang akan ditempuh.

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

Dilihat dari pengamatan peneliti yang terjadi pada siswa-siswi di Medan khususnya di SMA Negeri 8 Medan. Berdasarkan hasil wawancara pada guru BK terdapat sekitar 3% dari jumlah keseluruhan siswa kelas XII IPS 1 yang memiliki gaya hidup hedonisme yaitu 4 siswa terlihat dalam 6 bulan terakhir. Terlihat di mall, cafe-cafe, hotel bahkan diskotik banyak dijumpai siswa-siswi yang berfoya-foya untuk mencari kesenangan, dengan berpakaian minim, pakaian yang bermerek dan barang-barang mewah dan terlihat mahal dan memamerkan melalui foto-foto yang diambil dan mempublikasikan ke media sosial yang mereka gunakan. Mereka puas ketika mendapat pujian dan dianggap menjadi anak yang mengikuti tren masa kini.

Siswa tersebut terkadang bolos dan cabut pada saat jam pelajaran berlangsung untuk pergi dengan temannya untuk bisa berkumpul dengan temannya. Ada juga diantara mereka rela menjadi model dengan berpakaian yang

minim untuk produk tertentu. Hal itu juga yang menyebabkan mereka jarang masuk sekolah. Hal itu semua dilakukan untuk mendapatkan uang agar bisa pergi ke tempat-tempat yang mewah. Banyak diantara mereka yang sudah terjerumus dalam pergaulan bebas. Hal itu sudah menjadi hal yang biasa bagi mereka dan menjadi suatu kebanggaan. Berdasarkan dari pengamatan diatas maka bisa dikatakan gaya hidup hedonisme sudah menjadi tren masa kini, menjadi prioritas bagi sebagian siswa dan tidak mementingkan pendidikan lagi, sekolah hanya menjadi ikut-ikutan saja.

Masalah-masalah ini tentunya tidak dapat dibiarkan begitu saja, karena akan mempengaruhi perilaku remaja ke depannya. Oleh karena itu, peran guru BK sangat penting karena diperlukan untuk mengarahkan, membimbing, dan mendampingi siswa dalam menghadapi masalah- masalah tersebut disekolah.

Berdasarkan dari kasus tersebut maka peneliti mengambil tindakan untuk menerapkan konseling individual dengan pendekatan rasional emotif untuk mereduksi gaya hidup hedonisme siswa SMA Negeri 8 Medan. Willis, 2010: 35 mendefinisikan bahwa konseling individual adalah bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendiri, dan dapat menyesuaikan diri secara positif. Dalam layanan konseling individual diberikan pelayanan khusus dalam hubungan langsung tatap muka antara konselor dengan klien untuk mencermati masalah dan berupaya mengentaskan masalah dengan kekuatan klien sendiri.”

Konseling individual mempunyai beberapa model atau pendekatan konseling, salah satunya adalah *rational emotive therapy*. Terapi rasional emotif menekankan peran pemikiran dan sistem kepercayaan, peneliti akan menggunakan

pendekatan rasional emotif. Salah satu pandangan pendekatan ini adalah bahwa permasalahan yang dimiliki seseorang bukan disebabkan oleh lingkungan dan perasaannya, akan tetapi pada sistem keyakinan dan cara memandang lingkungan disekitarnya. Gangguan emosional akan mempengaruhi keyakinan, bagaimana seseorang itu menilai dan menginterpretasikan apa yang telah terjadi padanya. Jika emosi seseorang terganggu, maka terganggu pula pola pikir yang dimilikinya, dengan demikian akan timbul pola pikir yang irrasional.

Pendekatan rasional emotif yaitu memfokuskan diri cara berpikir manusia yang berpatokan pada keyakinannya merupakan penyebab masalah emosional siswa yang bermasalah tersebut. Hal ini yang dijadikan acuan bagi konselor untuk mengubah tingkah lakunya. Tujuan utama yang ingin dijadikan acuan bagi konselor untuk mengubah cara berpikirnya. Tujuan utama yang ingin dicapai dalam rasional emotif adalah memperbaiki dan mengubah sikap individu dari segi cara berpikir dan keyakinan yang irrasional menuju cara berpikir yang rasional, sehingga klien dapat meningkatkan kualitas diri dan kebahagiaan hidupnya.

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan diatas, maka peneliti merasa penting untuk meneliti **“Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme Melalui Konseling Individual Pendekatan *Rational Emotive Therapy* pada Siswa/Siswi kelas XII IPS-1 di SMA Negeri 8 Medan T.A 2017/2018”**

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dalam penelitian ini, yaitu :

- 1) Gaya hidup hedonisme menyebabkan timbulnya perilaku konsumtif yang timbul pada siswa.
- 2) Pergaulan bebas yang dilakukan siswa.
- 3) Menghabiskan waktu bersama teman-temannya di tempat hiburan hanya untuk mencari kesenangan saja.
- 4) Memenuhi banyak keinginan spontan.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian identifikasi masalah di atas, maka perlu adanya pembatas terhadap masalah itu agar penelitian lebih terarah, peneliti membatasinya mengenai “mereduksi gaya hidup hedonisme melalui konseling individual pendekatan *rational emotive therapy* pada siswa/siswi kelas XII IPS-1 di SMA Negeri 8 Medan T.A 2017/2018”.

1.4. Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah melalui layanan konseling individual pendekatan *rational emotive therapy* dapat mereduksi gaya hidup hedonisme pada siswa/siswi kelas XII IPS-1 di SMA Negeri 8 Medan T.A 2017/2018”.

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui konseling individual pendekatan *rational emotive therapy* dalam mereduksi gaya hidup hedonisme dikalangan siswa/siswi kelas XII IPS-1 di SMA Negeri 8 Medan T.A 2017/2018.

1.6. Manfaat Penelitian

Adapun hasil penelitian itu diharapkan bermanfaat secara praktis maupun teoritis:

a. Manfaat Praktis

1) Bagi Kepala Sekolah

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

2) Bagi Guru BK

Dapat dijadikan masukan untuk membimbing anak siswanya agar dapat menggunakan layanan konseling individual pendekatan rasional emotif untuk meminimalisir gaya hidup hedonismes pada siswa dan untuk masalah lainnya.

3) Bagi Siswa

Setelah mendapatkan konseling siswa diharapkan mampu mengurangi gaya hidup hedonisme.

4) Bagi Orang Tua

Dapat lebih mengontrol anaknya dirumah dan lingkungan pergaulannya. Orang tua dapat bekerja sama dengan guru dalam mengontrol tingkah laku anaknya di lingkungan sekolah.

5) Bagi Peneliti

Sebagai bahan masukan untuk melaksanakan konseling individual di sekolah terutama dalam mengurangi gaya hidup hedonisme.

6) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya khususnya yang berkaitan dengan penelitian gaya hidup hedonisme dan konseling individual dengan pendekatan rasional emotif terapi.

b. Manfaat Teoritis

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang ilmu pendidikan khususnya di bidang bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan konseling individual pendekatan *rational emotive therapy*.
- 2) Diharapkan dapat menambah referensi dan khasanah di bidang ilmu pengetahuan, khususnya di bidang sosial yang berkaitan dengan gaya hidup hedonisme.