

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada zaman millennial atau zaman sekarang dimana teknologi semakin canggih dan semakin maju. Kecanggihan yang ada menimbulkan penggunaan yang berlebihan dikalangan millennial sekarang. Banyak pelajar tingkat SMA yang mencari kesenangan dengan sering pergi nongkrong di cafe-cafe, mall, dan tempat yang dianggap “bergengsi” lainnya. Dari sebagian besar kalangan millennial melakukan kegiatan jalan-jalan, makan lalu foto-foto dan diunggah ke media sosial untuk terlihat keren dan terkenal sehingga mereka merasa sangat mampu untuk mendapatkan itu semua. Dari situ menjadikan sebuah kebiasaan yang ada pada dirinya, itulah yang biasa sering dinamakan hedonisme.

Menurut pendapat (Nadzir & Ingarianti, 2015) mengungkapkan bahwa gaya hidup hedonisme merupakan suatu pola hidup seseorang yang melakukan aktivitasnya untuk mencari kesenangan hidup, menghabiskan waktunya diluar rumah untuk bersenang-senang dengan temannya, gemar membeli barang yang tidak dibutuhkan, serta selalu ingin menjadi pusat perhatian di lingkungan sekitarnya. Dan menurut sallina {dalam(Putri, 2018)} Gaya hidup merupakan wujud dari suatu reaksi dari aktivitas, minat dan opini, oleh karena itu dapat dikatakan jika seseorang menghabiskan banyak waktu dan uang untuk hal-hal yang tidak berguna, tidak sesuai dengan kebutuhan terlebih lagi hanya untuk kesenangan semata, maka gaya hidup seperti ini dapat dikategorikan sebagai gaya hidup hedonis. Jadi dapat disimpulkan bahwa hedonisme ialah gaya hidup yang semata-mata hanya mencari suatu kesenangan dalam dirinya baik dari minat terhadap suatu hal maupun tingkah laku

yang dilakukannya dalam berbuat tanpa memikirkan penyebabnya nanti.

Hedonisme memanglah menarik dikalangan remaja khususnya pelajar SMA, banyak dari mereka yang terpengaruh oleh hedonisme itu sendiri dan bahkan dari mereka tidak menyadarinya bahwa mereka terbawa gaya hidup yang kurang tepat. Dimana sesuai dengan apa yang pernah saya lihat ketika kegiatan pengenalan lapangan persekolahan kemarin bahwasannya kebiasaan gaya hidup hedonisme itu ada pada mereka, dari setiap sepulang sekolah mereka tidak langsung pulang melainkan kebiasaan mereka selalu pergi ke cafe, warkop maupun mall untuk nongkrong maupun kegiatan lainnya, ketika saya tanya kepada beberapa dari siswa tersebut bahwasannya kalau tidak nongkrong itu tidak asik dan dikatakan tidak mengikuti trend. Selain itu saya mencoba juga untuk melihat langsung sekolah adik saya yang berada ditengah kota dekat dengan mall dan layanan publik yang apakah mereka juga sama seperti itu, dan ternyata juga sama bahwa mereka setelah pulang sekolah bukannya pulang tapi mereka nongkrong bareng maupun jalan-jalan ke mall.

Hasil penelitian (Fitri et al., 2019) menunjukkan bahwa perilaku hedonis siswa sebelum diberikan perlakuan berada pada kategori tinggi dan setelah diberi perlakuan pendekatan konseling eksistensial humanistik berada pada kategori rendah. Perilaku hedonis siswa sebelum diberi perlakuan (pretest), yaitu 2 responden (28.57%) yang berada pada kategori sangat tinggi, 4 responden (57.14%) berada pada kategori tinggi, dan 1 responden (14.28%) pada kategori rendah, sedangkan pada kategori sangat rendah tidak ada responden. Sesuai dengan nilai rata-rata skor yang diperoleh sebesar 102.57 yang nilai rata-rata tersebut dibulatkan menjadi 103 dan berada pada interval 89-115 yang berarti tinggi Hal ini berarti bahwa tingkat perilaku hedonis siswa di SMA Negeri 10 Makassar berada dalam

kategori tinggi. Setelah diberi perlakuan pendekatan konseling eksistensial humanistik terhadap perilaku hedonis siswa SMA Negeri 10 Makassar mengalami penurunan. Hal ini dapat dilihat dari tingkat perilaku hedonis siswa tidak ada responden yang berada pada kategori sangat tinggi, kemudian pada kategori tinggi terdapat 2 responden (28.57%), pada kategori rendah terdapat 3 responden (42.85%), dan terdapat 2 responden (28.57%) pada kategori sangat rendah. Selanjutnya sesuai dengan nilai rata-rata skor yang diperoleh sebesar 74 berada pada interval 62-88 yang berarti rendah hal ini menunjukkan bahwa tingkat perilaku hedonis siswa setelah diberikan perlakuan pendekatan konseling eksistensial humanistik berada pada kategori rendah.

Maka dari itu sangatlah penting adanya pengurangan hedonisme dikalangan remaja maupun millennial sekarang, yang dimana masa mereka ialah masa pelajar yang sedang disiapkan dalam pengembangan untuk pencarian jati diri mereka dengan benar. Dari hedonisme memanglah harus diketahui dan dihindari di kalangan pelajar yang bisa berdampak buruk bagi mereka. Budaya konsumtif bisa saja membuat mereka menghalalkan segala cara untuk bisa memiliki rasa kesenangan tersebut dengan hal apapun yang bisa berdampak dengan menurunnya nilai belajar siswa dan prestasi siswa disekolah.

Mengamati dari hedonisme siswa bisa terjadi karena adanya beberapa faktor yaitu situasi dan kondisi sekolah, orang tua dan keluarga, pertemanan, tontonsn. Dari beberapa faktor diatas maka penting sekali mengamati gaya hidup hedonisme ini untuk mengubah kebiasaan buruk peserta didik baik dari emosi, tingkah laku maupun pola pikirnya.

Berdasarkan permasalahan tersebut maka dapat diaplikasikan dengan layanan konseling kelompok dengan pendekatan REBT, dimana pendekatan REBT tersebut merupakan teknik yang tepat dalam masalah hedonisme karena

REBT bisa menyelesaikan masalah dari 3 hal, baik dari tingkah laku, pikiran maupun emosi sesuai dengan permasalahan hedonisme ini yang faktornya dari berbagai macam hal. Dan untuk mempermudah menyelesaikan masalah tersebut maka menggunakan strategi REBT dan dilakukannya melalui proses konseling kelompok, Dimana konseling kelompok adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu dalam suasana kelompok agar mampu menyelesaikan sendiri masalah-masalah yang sedang dihadapi dengan mengembangkan kemampuan-kemampuan yang dimiliki secara optimal (Ulfa & Suarningsih, 2018) dan sedangkan menurut (Amti, 2004) menyebutkan konseling kelompok sebagai layanan konseling perorangan yang dilaksanakan dalam suasana kelompok, didalamnya ada konselor dan ada konseli yang jumlahnya paling kurang dua orang.

Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) itu bisa mengubah dari yang irrasional menjadi rasional atau dari yang tidak logis menjadi logis, dimana dalam hedonisme banyak dari siswa baik cara berpikir, bertingkah laku, dan emosinya masih belum bisa terkontrol, seperti ia berkebiasaan dan bertingkah laku ketika selesai sekolah tidak langsung pulang melainkan pergi ke cafe maupun warkop karena menjadikan sebuah tradisi dan ia berpikir jika tidak ikut ke situ maka dikatakan tidak mengikuti trend atau tidak gaul. Dan REBT menurut kurnanto {dalam (Makin, 2018)} bahwa pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy menekankan kebersamaan dan reaksi antara berfikir dan akal sehat (rational), berperasaan (emoting), dan berperilaku (Acting), pendekatan ini merupakan aliran psikoterapi yang berlandaskan pandangan bahwa manusia terlahir dengan potensi untuk berfikir rasional dan jujur maupun untuk berfikir irasional atau jahat.

Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dalam konseling kelompok untuk menuntaskan hedonisme

memiliki tahapan. Menurut Ellis dalam (Habsy, 2018), dapat dilakukan dengan proses: Activiting event (A): kejadian, perilaku atau sikap orang lain, serta keberadaan fakta, Belief (B): pandangan nilai atau verbalisasi diri terhadap peristiwa. Keyakinan (beliefs) dapat berupa keyakinan/cara berpikir/sistem keyakinan yang rasional (tepat, masuk akal, bijaksana, lebih produktif) dan irasional (salah, tidak masuk akal, emosional, tidak produktif), Consequence (C): perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan Actecedent event (A). Konsekuensi emosional ini bukan akibat langsung dari Activiting event (A) tetapi disebabkan oleh bentuk keyakinan (B), Disputing (D): tindakan menjadikan irasional menuju rasional, pada 3 tahap (detecting irrational beliefs, discriminating irrational beliefs, dan debating irrational beliefs), Effect (E): efek dari behavior, kognitif, emotif. Apabila proses A-B-C-D berlangsung dalam proses cara berpikir yang rasional dan logis yang menghasilkan perilaku positif. Jadi pendekatan REBT dalam konseling kelompok ini yang tepat dalam permasalahan gaya hedonisme siswa untuk bisa mengatur cara pikir, perasaan dan perilakunya agar bisa rasional atau logis. Maka dari itu berdasarkan pemaparan diatas diharapkan pendekatan rebt dapat digunakan untuk mengurangi hedonisme siswa maka penelitian ini perlu dilakukan. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas XI MIA 1 Putri SMA Muhammadiyah 10 Surabaya.

B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Muhammadiyah 10 Surabaya dengan menggunakan objek penelitian siswa kelas XI MIA 1 Putri SMA Muhammadiyah 10 Surabaya. Mengingat adanya keterbatasan penelitian maka peneliti menetapkan

batasan variabel yang diteliti. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini dibatasi pada pengaruh penggunaan pendekatan REBT terhadap hedonisme.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas pada penelitian ini dirumuskan, Apakah ada pengaruh penggunaan pendekatan REBT dalam konseling kelompok terhadap hedonisme peserta didik?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan pendekatan REBT dalam konseling kelompok terhadap hedonisme peserta didik.

E. Variabel Penelitian

Pada penelitian ini terdapat 2 variabel penelitian, yaitu variabel terikat dan variabel bebas. Variabel terikat ini ialah suatu variabel yang dapat berubah karena adanya pengaruh dari variabel bebas. Dimana Hedonisme peserta didik ialah variabel terikat dan penggunaan pendekatan REBT dalam konseling kelompok ialah variabel bebas.

F. Manfaat Penelitian

Masalah ini penting untuk diteliti karena mempunyai beberapa manfaat,antara lain yaitu:

1. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan hasil peneliti(pengalaman) secara praktis dalam melakukan penelitian tentang Penggunaan Pendekatan REBT dalam Konseling Kelompok terhadap Hedonisme Peserta didik.

b. Bagi Guru BK

Penelitian ini diharapkan memberikan masukan kepada guru BK sebagai bahan referensi dalam meningkatkan layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan REBT terhadap hedonisme peserta didik.

c. Bagi Peserta Didik

Penelitian ini diharapkan memberikan masukan terhadap peserta didik dalam usaha untuk mengurangi hedonisme agar tidak terganggu proses belajarnya dan prestasinya serta pikiran dan tingkah lakunya bisa diubah dengan baik.

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat berguna dalam memberikan layanan BK, khususnya layanan konseling kelompok dan dapat memberikan pemahaman terkait hedonisme kepada siswa. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan serta tambahan wawasan bagi pihak terkait maupun siswa yang memiliki hedonisme tinggi dan berguna sebagai tambahan masukan bagi seorang konselor pada masalah yang sama yaitu hedonisme.