

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seiring pesatnya perkembangan zaman di Indonesia, teknologi semakin maju. Perkembangan teknologi telah menyebabkan perubahan nilai dan gaya hidup masyarakat, serta mudah dalam menentukan gaya hidup yang diinginkan. Hal ini terutama berlaku di kalangan anak muda, yang berpakaian, makan, minum, dan tentu saja berkomunikasi dengan cara yang berbeda. Di antara kelompok generasi muda yang mengalami perubahan luar biasa adalah mereka yang sedang menikmati pendidikan mahasiswa (Latief, 2013).

Menurut *General Manager* Mall and Retail Hartono Mall Yogyakarta, Herman E Fherro mengungkapkan, dari total sebanyak 45.000 orang yang mengunjungi pusat perbelanjaan, 70% di antaranya merupakan kelas menengah atas, lebih dari 30% di antaranya merupakan mahasiswa asal Jakarta. Mahasiswa suka bergaul dan memahami brand nasional dan internasional, dan ketika brand tersebut memuka cabang baru, mahasiswa juga turut mengikuti termasuk di Yogyakarta (Alexander, 2015).

Hasil penelitian Baik dan Choo (2015) menunjukkan bahwa dalam situasi pembelian yang di gunakan untuk menyenangkan diri sendiri, kehadiran kelompok atau teman dapat mempengaruhi keputusan dalam pembelian. Hal ini didukung oleh penelitian Rianton (2013) dimana sebagian besar siswa Damasraya (JIMDY) mempunyai tingkat konformitas sedang yaitu sebesar 81,8%, dan gaya hidup hedonis yang termasuk dalam kategori sedang sebesar 94,5%. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sholikhah dan Dhania (2017) menunjukkan bahwa gaya hidup hedonis dan konformitas teman sebaya mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku impulsif. 37,1% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Menurut survei yang telah dilakukan oleh Deteksi Jawa Pos pada tahun 2003 menemukan bahwa 20,9% dari 1.074 responden dengan status sebagai pelajar yang berdomisili di Jakarta dan Surabaya mengaku pernah menggunakan uang SPP yang diberikan oleh orang tua untuk membeli barang incarannya ataupun hanya untuk bersenang-senang (Sholikhah&Dhania, 2017). Mahasiswa menggunakan beasiswanya untuk menikmati kegiatan sosial seperti makan di kafe dan restoran, pergi karaoke, menonton film, dan berbelanja di pusat perbelanjaan. Hal ini terjadi karena kurangnya perhatian orang tua.

Berikut beberapa pemaparan terkait *hedonic lifestyle* berdasarkan fenomena yang sedang terjadi pada mahasiswi yang pernah mengunjungi cafe di Gresik kota baru. Hasil wawancara terbuka yang dilakukan pada tanggal 20 Desember 2023 yang dilakukan kepada beberapa mahasiswi pengunjung cafe di Gresik kota baru.

Tabel 1.1 Hasil Wawancara Hedonic Lifestyle pada Mahasiswi Pengunjung Cafe di Gresik Kota Baru

No	Aspek	Pernyataan	Kesimpulan
1.	Minat yang timbul dalam diri seseorang terhadap lingkungannya sedemikian rupa sehingga ia merasa senang untuk memperhatikan lingkungan tersebut.	Apakah anda memiliki minat terhadap fashion, dan memiliki ketertarikan pada makanan, benda-benda mewah, dan tempat berkumpul yang menarik?Jelaskan ! 1. (AS) Iya, karena sesuatu yang menyenangkan akan membuat pikiran saya lebih fresh dan tenang. 2. (IS) Iya, karena bisa membuat hati senang. 3. (WS) Iya, karena hal itu bisa membuat saya tidak bosan 4. (RS) Iya, karena saya menyukai fashion dan trend-trend masa kini 5. (AR) Iya, suka banget. 6. (EA) Iya saya memiliki minat terhadap hal tersebut karena saya suka jalan-jalan diluar bersama teman-teman. 7. (AL) Iya, karena hal tersebut mampu meningkatkan mood dalam sekejap. 8. (OS) Yaps, jelas karena makan dan jalan-jalan itu termasuk hobi saja dan fashion adalah kesukaan saya banget. 9. (DN) Iya, karena membuat saya happy. 10. (FT) Ya, saya suka banget nongkrong di luar bersama teman-teman karena bisa menghilangkan stress tugas dan lain-lain.	Dari sepuluh subjek tersebut menunjukkan adanya minat yang muncul dalam diri individu terhadap lingkungan.
2.	Aktivitas adalah suatu cara individu dalam mempergunakan waktunya. Hal ini diwujudkan melalui tindakan nyata dan nyata seperti: Misalnya lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah, bermain, bersenang-senang, pergi ke mall atau kafe	Ketika anda merasa bosan dengan aktivitas anda, apakah biasanya anda menghabiskan waktu di luar ruangan dan membeli barang-barang yang tidak dibutuhkan? Jelaskan! 1. (AS) Iya betul banget saya sering keluar rumah dengan pergi ke mall untuk membeli barang-barang yang sangat sukai meskipun itu tidak saya butuhkan karena yah untuk menghibur diri saja. 2. (IS) Iya, saya sering mengajak teman saya untuk nongkrong di cafe ketika saya bosan di rumah. 3. (WS) Iya, saya sering membeli barang yang tidak saya butuhkan karena yah	Dari sepuluh subjek tersebut menunjukkan adanya aktivitas yang digunakan dalam bentuk tindakan nyata seperti menghabiskan waktu di luar rumah dan membeli

	<p>saya suka saja dan barang itu lucu bagi saya.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. (RS) Yah, saya sering pergi keluar nongkrong di cafe bersama teman-teman untuk mencari udara segar dan menghilangkan kebosanan dirumah dengan tugas kuliah yang menumpuk. 5. (AR) Iya betul sekali. Saya seringkali pergi ke mall untuk refreshing dengan membeli barang yang saya suka dan memanjakan diri. 6. (EA) Yaps, saya sering mengajak teman-teman saya pergi ke mall dengan membeli semua barang yang kita sukai meskipun itu tidak kita butuhkan karena yah agar kita tidak jenuh dengan tugas kuliah saja. 7. (AL) Yah betul saya sering keluar ke cafe untuk nongkrong bersama teman-teman ketika saya sudah bosan mengerjakan tugas kuliah dan sudah capek. Jadi yah saya mencari kesenangan diluar bersama teman-teman. 8. (OS) Iya, betul ketika saya sudah merasa bosan dan capek dengan tugas perkuliahan saya langsung pergi ke mall dan membeli barang-barang yang ingin saya beli tanpa pikir panjang. 9. (DN) Yups betul banget. Ketika saya sedang badmood, saya sering ke mall dengan menghambur-hamburkan uang saya dan membeli semuanya untuk mengembalikan mood saya menjadi lebih baik baik. 10. (FT) Iya betul. Ketika saya bosan dengan tugas kuliah, saya sering keluar pergi ke mall, ke cafe, dan pergi kulineran bersama dengan teman-teman dengan menghambur-hamburkan uang karena yah sudah capek dengan tugas kuliah. 	<p>barang-barang yang tidak dibutuhkan.</p>
<p>3. Opini adalah pendapat atau tanggapan lisan dan tertulis yang dibuat oleh seseorang dalam suatu situasi di mana pernyataan itu dibuat sehubungan dengan suatu masalah sosial yang mempengaruhi dirinya atau suatu produk yang berkaitan</p>	<p>Bagaimana respon anda mengenai kesenangan hidup itu penting dan apakah biasanya anda menghabiskan banyak uang untuk hal-hal yang menyenangkan?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. (AS) Ya saya setuju bahwa kesenangan hidup itu penting. Dengan menjadikan hidup itu senang maka semuanya kan baik-baik saja dan terkait menghabiskan banyak uang tentunya itu menyenangkan bagi saya, karena yah saya orangnya bisa 	<p>Dari sepuluh subjek mengungkapkan pendapatnya masing-masing dan merespon situasi yang muncul tentang isu-isu sosial dan produk-produk yang berkaitan dengan hidup.</p>

dengan hidup.	kenikmatan	dikatakan boros ketika sudah memegang uang.
---------------	------------	---

2. **(IS)** Iya kesenangan dalam hidup itu penting. Tanpa bersenang-senang menurut saya hidup itu akan seram dan mengahiskan uang untuk bersenang-senang tentunya seru buat saya karena itu membuat saya menjadi sangat bahagia dalam menikmati hidup ini
3. **(WS)** Yah, betul banget kesenangan dalam hidup itu penting banget karena jika kita bosan dalam kehidupan ini kita bisa melakukan semua hal yang kita sukai. Salah satunya yah dengan cara menghabiskan uang untuk bersenang-senang
4. **(RS)** Yups saya setuju banget kalo kesenangan dalam hidup itu penting banget apalagi dengan menghabiskan uang untuk bersenang-senang itu saya setuju banget karena tanpa itu hidup akan terasa bosan dan pastinya suram karena kesenangan tersebut akan membuat mood akan menjadi lebih baik dan bisa menikmati kehidupan ini dengan santai.
5. **(AR)** Iya, kesenangan dalam hidup itu penting. Tanpa bersenang-bersenang maka kita akan merasa bosan, capek, dan lelah dengan kehidupan ini
6. **(EA)** Iya betul, kesenangan dalam hidup itu penting banget. Saya biasanya menikmati kesenangan hidup saya dengan menghabiskan uang saya untuk memanjakan diri saya dan untuk menghilangkan rasa capek mengerjakan tugas dan juga dengan hidup itu. Maka dari itu hidp itu dibuat happy saja.
7. **(AL)** Yah, betul kesenangan dalam hidup it penting karena tanpa bersenang-senang hidup itu terasa akan mati dan akan berhenti disitu saja. Saya biasanya menikmati hidup saya dengan cara menghambur-hamburkan uang saya dengan membeli semua yang saya suka.
8. **(OS)** Iya, kesenangan dalam hidup itu sangalah penting bagi saya karena dengan bersenang-senang akan meningkatkan mood kita menjadi lebih baik dan menghabiskan uang untuk bersenang-senang saya selalu melakukan itu untuk memanjakan diri saya dan juga

reinforcement bagi saya ketika tujuan saya sudah tercapai.

9. **(DN)** Iya, kesenangan dalam hidup itu penting banget lho karena tanpa bersenang-senang maka kita akan mudah marah-marah, stress, dan pasti capek untuk menikmati hidup ini.
 10. **(FT)** Iya kesenangan dalam hidup itu penting banget. Salah satunya dengan menghabiskan uang untuk melakukan hal-hal yang menyenangkan dan itu membuat diri saya lebih baik, tidak mudah stress, dan juga tidak mudah jenuh dengan menghadapi kehidupan ini.
-

Berdasarkan hasil wawancara di atas, maka dapat disimpulkan, bahwa dari subjek di atas menunjukkan *hedonic lifestyle* berdasarkan aspek Wells dan Tigert (1971), yang telah ditentukan peneliti. Hal ini didukung oleh penelitian Trimartati (2014) Penelitian ini menunjukkan bahwa setiap orang berpotensi untuk menjalani gaya hidup hedonis, terutama mahasiswa yang lingkungan sosialnya lebih berkembang dan terdapat persaingan antar individu untuk mendapatkan status sosial, menyatakan bahwa hal tersebut dipengaruhi oleh keinginan.

Hasil wawancara kepada beberapa mahasiswi pengunjung cafe di gresik kota baru menunjukkan bahwa terdapat fenomena *hedonic lifestyle*. Setiap mahasiswi menunjukkan aspek yang terdapat pada *hedonic lifestyle*. Semua subjek menunjukkan aspek yang pertama yaitu aktivitas. Mereka mengaku bahwa ketika mereka merasa jenuh, mereka melakukan kegiatan dengan pergi jalan-jalan, dan ketika mereka sedang badmood mereka membeli barang yang mereka sukai dengan menghabiskan banyak uang untuk memenuhi keinginan mereka sendiri. Itulah yang dinamakan aktivitas dalam aspek *hedonic lifestyle*.

Aspek kedua, yaitu minat terdapat pada semua subjek. Mereka mengaku bahwa mereka menyukai hal-hal yang mudah dan menyenangkan. Hal ini juga sering kita sadari bahwa kehidupan yang mudah dan meyenangkan itu memang sangat enak, tetapi kita semua juga harus tahu bahwa tidak semua kehidupan akan mudah dan menyenangkan. Pastinya akan ada masa-masa sulit yang harus dihadapi.

Aspek yang terakhir yaitu aspek opini. Aspek tersebut terdapat pada semua subjek dan mereka mengaku bahwa kesenangan dalam hidup itu penting sekali bagi mereka. Terutama dengan menghabiskan banyak uang untuk bersenang-senang itu membuat mereka bahagia dalam menjalani hidup dan bisa mengurangi stress, tidak jenuh dengan pekerjaan, dan bisa

lebih semangat untuk menjalani aktivitas selanjutnya dalam kehidupan mereka masing-masing.

Hedonisme sebagai fenomena dan gaya hidup tercermin dalam perilaku generasi muda sehari-hari. Banyak siswa yang berkompetisi dan memimpikan kehidupan mewah. Bersenang-senang di kafe, pusat perbelanjaan, dan alun-alun. Inilah tantangan hidupnya. Mungkin ini merupakan dampak negatif dari semakin maraknya pusat perbelanjaan, pusat perbelanjaan dan supermarket besar lainnya.

Nadzir dan Ingarianti (2015) menyatakan bahwa gaya hidup hedonis adalah gaya hidup seseorang yang melakukan aktivitas yang menemukan kegembiraan dalam hidup. Ada beberapa kasus dampak dari gaya hidup hedonisme, seperti daya saing yang lebih tinggi pada kinerja mahasiswa, mengakibatkan perundungan antar mahasiswa seperti mengejek mahasiswa lain yang tidak menggunakan barang bermerek, mengakibatkan kesenjangan sosial antar teman. Suka menggunakan barang mahal, lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah, boros, dan setiap pulang sekolah mahasiswa lebih memilih menghabiskan waktunya nongkrong di kafe daripada mengerjakan tugas kuliah.

Gaya hidup hedonisme sangat menarik bagi mereka, sehingga mahasiswa sangat antusias dengan hal-hal baru. Banyak diantara mahasiswa yang lari dari masalah antara lain menghabiskan uang yang diberikan oleh orang tuanya untuk bersantai seperti pergi ke kafe, karaokean, ke mall, dll. Kebiasaan seperti ini kemudian menjadi kebutuhan bagi mahasiswa, mereka cenderung ingin bahagia dengan teman-teman mereka dan kurang peduli dengan studi mereka. Jika diberi nasehat tidak akan menerima dan marah, serta menganggap dirinya benar, bahkan tidak pernah menggunakan waktunya dengan baik seperti mengerjakan tugas dari dosen, melakukan kegiatan di kampus seperti mengikuti organisasi dan tidak dapat mengontrol dirinya. mood dalam memilih mana yang baik, dan buruk untuk hidupnya. Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa gaya hidup hedonis merupakan gaya hidup yang menggambarkan perilaku seseorang yang cenderung mementingkan kemewahan tanpa memikirkan taraf kebutuhan untuk memenuhi kesenangan.

1.2 Identifikasi Masalah

Veenhoven (2003) menyatakan dalam penelitiannya mengenai gaya hidup hedonis yang dapat menjadi keresahan sosial dikarenakan perilaku hedonis yang dikaitkan dengan mengejar gaya hidup mewah, serta perilaku yang senang mencari kenikmatan yang dapat

menyebabkan seseorang menjadi tidak peka terhadap lingkungan sekitar dan dapat mengarah kepada degradasi nilai moral.

Sependapat dengan Febrianti (2017) yang mengatakan bahwa gaya hidup hedonis dapat memberikan dampak negatif, seperti merasa tidak pernah puas dan terbiasa dengan hidup boros. Selain itu, hedonis juga bisa memengaruhi secara tidak langsung munculnya tindak kriminal, contohnya adalah pencurian, dan korupsi (Naomi&Mayasari, 2008). Maka menurut Azizah dan Indrawati (2015) hal terpenting yang harus dimiliki seseorang agar dapat mencegah tingkah laku yang samaunya seperti perilaku hedonis adalah kontrol diri.

Tabel 1.2 Hasil Wawancara Self Control pada Mahasiswi Pengunjung Cafe di Gresik Kota Baru

No	Aspek	Pernyataan	Kesimpulan
1.	<i>Self-discipline</i> Aspek ini mengacu pada kemampuan seseorang dapat berkonsentrasi saat melakukan suatu tugas. Orang yang mempunyai pengendalian diri mampu menahan diri dari hal-hal lain yang mengganggu konsentrasinya.	Apakah anda mampu menahan diri anda terhadap hal-hal yang dapat mengganggu konsentrasi anda? Bagaimana cara anda melakukan disiplin diri? <ol style="list-style-type: none"> 1. (AS) Terkadang saya tidak bisa berkonsentrasi dengan baik ketika saya sudah fokus mengerjakan karena yah pasti ada gangguan dari luar, dan saya sejauh ini belum pernah melakukan disiplin diri karena saya orangnya pemalas. 2. (IS) Saya orangnya pemalas, jadi yah saya tidak pernah disiplin dan saya juga orangnya suka keluar jalan-jalan dengan teman saya, jadi untuk fokus konsentrasi biasanya saya hanya fokus ketika dikelas itupun kadang-kadang biasanya juga saya suka tidak mendengarkan di kelas. 3. (WS) Yah kadang-kadang saya bisa fokus ketika mengerjakan tugas karena sudah mepet deadline dan untuk disiplin diri saya hanya melakukan kadang-kadang saja jika mood saya baik. 4. (AR) Saya tidak pernah mampu konsentrasi dalam mengerjakan tugas atau hal apapun karena mungkin gangguan dari luar lingkungan dan saya juga sering melamun. Untuk disiplin diri 	Dari sepuluh subjek terdapat dua subjek yang menunjukkan adanya <i>self discipline</i> yaitu individu mampu fokus saat melakukan tugas.

saya hanya melakukan sesuai keinginan saya saja seperti mendengarkan dosen ketika menjelaskan itu saja sih.

5. **(RS)** terkadang saya bisa konsentrasi ketika dalam keadaan terpaksa dan dalam keadaan mendesak, dan untuk disiplin diri saya sangat jarang melakukan hal itu karena yah saya suka seenaknya saja.
 6. **(EA)** Saya sulit untuk konsentrasi dalam hal mengerjakan tugas atau yang lainnya karena pikiran saya ingin melakukan hal-hal yang senang bagi saya dan saya juga orangnya pemalas jadi yah saya tidak pernah melakukan disiplin diri
 7. **(AL)** Yah **saya mampu menahan diri terhadap hal-hal yang mengganggu saya dalam berkonsentrasi** meskipun ada ajakan dari teman untuk nongkrong atau yang lainnya saya tetap fokus dengan pekerjaan saya dan saya orangnya juga disiplin dengan perkuliahan ataupun ketika saya dirumah juga ada aturan bagi diri saya sendiri.
 8. **(OS)** Saya tidak mampu menahan godaan dari luar karena saya suka bersenang-senang ketika ada ajakan dari teman saya untuk nongrong dan pergi ke mall. Saya juga tidak pernah melakukan disiplin diri dalam diri saya.
 9. **(DN)** Yah **kadang-kadang saya bisa menahan godaan dari luar dan saya juga bisa konsentrasi dan fokus dalam mengerjakan tugas** meskipun ada ajakan dari teman, karena hal itu kadang saya malas untuk keluar rumah dan sudah merasa nyaman untuk dirumah. Untuk disiplin diri kadang saya menerapkan dalam diri saya ketika saya berada dirumah saja.
-

	<p>10. (FT) Saya orangnya suka bersenang-senang dengan teman-teman saya untuk pergi ke mall, jadi ketika ada godaan dari luar saya tidak bisa menahan itu, dan saya juga tidak melakukan disiplin diri dalam diri saya.</p>	
<p>2. <i>Deliberate/nonimpulsive</i> Kecenderungan seseorang dalam melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, yaitu hati-hati dan tidak tergesa-gesa. Individu yang tidak impulsif mampu bertindak dan mengambil keputusan dengan tenang.</p>	<p>Ketika anda diberikan suatu pilihan, bagaimana cara anda mempertimbangkan pilihan tersebut?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. (AS) Saya akan mempertimbangkan dulu pilihan tersebut dengan hati-hati. 2. (IS) Saya akan memilih pilihan yang terbaik untuk diri saya 3. (WS) Pasti saya akan mengambil pilihan yang baik bagi saya dan tidak merugikan buat saya. 4. (AR) Saya tidak akan memikirkan dulu ketika saya membeli barang 5. (RS) Saya akan mempertimbangkan pilihan saya dengan baik dengan tidak tergesa-gesa dalam mengambil keputusan. 6. (EA) Saya akan memilih pilihan yang baik sesuai dengan kesukaan saya tanpa pikir panjang 7. (AL) Saya akan memilih pilihan tersebut memikirkan terlebih dahulu 8. (OS) Pasti saya memilih pilihan yang terbaik buat saya dan mempertimbangkan hal tersebut dengan berhati-hati 9. (DN) ketika saya disuruh mempertimbangkan pilihan tersebut maka saya akan memikirkan dulu dengan tidak tergesa-gesa agar pilihan saya tepat bagi saya 10. (FT) Saya tidak memikirkan terlebih dulu ketika saya memilih pilihan tersebut, karena saya orangnya suka ceroboh dalam melakukan apa saja. 	<p>Dari sepuluh subjek terdapat tujuh subjek yang menunjukkan adanya <i>deliberate/nonimpulsive</i> yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan.</p>

3. *Healthy habits*

Kemampuan seseorang dalam mengatur perilakunya sehingga menjadi suatu kebiasaan yang baik dan menyehatkan bagi orang tersebut

Ketika anda diajak teman anda untuk melakukan hal yang bersenang-senang, tapi hal tersebut mengarah ke hal yang negatif. Bagaimana cara anda menolak ajakan tersebut?

1. **(AS)** Saya orangnya suka banget ketika diajak keluar jalan bersama teman untuk pergi nongkrong tapi kalo arahnya ke hal negatif saya akan nolak hal tersebut dengan alasan saya sibuk nugas kuliah
2. **(IS)** Pastinya saya akan menolak ajakan tersebut dengan alasan saya sibuk.
3. **(WS)** Saya akan menolak ajakan tersebut meskipun itu akan melakukan hal yang menyenangkan tapi saya orangnya suka pada hal yang mengarah positif
4. **(AR)** Saya akan menolak ajakan tersebut karena saya anaknya baik.
5. **(RS)** Pasti akan saya tolak karena itu sudah negatif meskipun itu hal yang menyenangkan dan saya juga orangnya suka bersenang-senang tapi itu tidak baik menurut saya.
6. **(EA)** Saya orangnya suka melakukan kesenangan, tapi jika mengarah ke hal yang negatif saya akan menolak hal tersebut dengan alasan saya tidak waktu untuk pergi bersenang-senang
7. **(AL)** Saya akan menolak ajakan tersebut karena saya hanya menyukai hal yang positif
8. **(OS)** Ajakan tersebut akan saya tolak dengan alasan saya sibuk mengerjakan tugas karena sudah mepet deadline meskipun saya orangnya suka banget untuk melakukan hal yang bersenang-senang
9. **(DN)** Saya akan menolak ajakan tersebut, karena yah menurut saya itu tidak baik.
10. **(FT)** Saya akan langsung menolak ajakan tersebut dengan alasan saya sibuk dengan urusan saya.

Dari sepuluh subjek tersebut menunjukkan adanya *healthy habits* yaitu individu yang memiliki menolak hal lain yang dapat berdampak buruk bagi dirinya meskipun sangat menyenangkan.

<p>4. <i>Work ethic</i></p> <p>Menilai tentang regulasi diri dari etika individu dalam melakukan suatu aktivitas sehari-hari. Individu yang memiliki work ethics akan mampu menyelesaikan tugasnya tanpa dipengaruhi hal-hal yang ada diluar. Ia akan mampu berkonsentrasi pada tugas yang ia kerjakan.</p>	<p>Bagaimana cara anda melakukan aktivitas sehari-hari tanpa dipengaruhi hal-hal yang ada di luar lingkungan anda?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. (AS) dengan cara fokus, terkadang saya juga mendengarkan musik agar tetap fokus dengan aktivitas yang saya lakukan 2. (IS) Ketika saya sudah sibuk dengan tugas saya yang sudah menumpuk maka dengan sendiri saya tidak terganggu oleh lingkungan luar 3. (WS) Saya suka mendengarkan musik jadi saya bisa fokus melakukan aktifitas saya meskipun ada gangguan dari luar saya tidak akan terpengaruh 4. (AR) Sebelum saya melakukan aktivitas saya yang padat, saya biasanya melakukan meditasi dulu agar saya bisa fokus dan tenang ketika menyelesaikan tugas dan bisa fokus dengan aktivitas saya sehari-hari 5. (RS) Saya orangnya mudah fokus meskipun ada godaan dari luar lingkungan maka saya akan mengabaikan saja. 6. (EA) Saya menjalani aktivitas saya tanpa dipengaruhi hal-hal yang diluar lingkungan, saya biasanya fokus pada diri saya sendiri dengan saya mencoba mengontrol diri saya untuk melakukan tindakan agar saya tidak terpengaruh dengan hal-hal diluar lingkungan 7. (AL) Saya melakukan aktivitas saya dengan cara tetap positif untuk melakukan hal-hal apapun 8. (OS) Saya menjalani aktivitas saya tanpa ada gangguan dari lingkungan di luar dengan cara saya tetap menjaga keseimbangan antara aktivitas dalam ruangan maupun di luar ruangan. 9. (DN) Tanpa adanya gangguan dari lingkungan luar, saya menjalani aktivitas saya dengan menjaga batasan dengan 	<p>Dari sepuluh subjek tersebut menunjukkan adanya <i>Work ethic</i> yaitu, individu mampu menyelesaikan tugasnya tanpa dipengaruhi hal-hal yang ada diluar.</p>
---	---	--

berusaha untuk tidak saling berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan sekitar dengan begitu saya dapat terhindar dari pengaruh yang negatif

10. **(FT)** Saya menjalani aktivitas saya sehari-sehari tanpa adanya gangguan dari lingkungan luar, biasanya saya mencari dukungan dari keluarga saya dengan begitu saya dapat mengatasi pengaruh negatif yang mungkin datang dari lingkungan luar dan dengan adanya dukungan keluarga saya tetap berfikir positif dan saya bisa menjalani aktivitas saya dengan baik.

<p>5. <i>Reliability</i> Terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam merancang rencana untuk tujuan tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya dalam rangka mencapai tujuan rencananya</p>	<p>Bagaimana penilaian anda terhadap kemampuan diri anda selama ini?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. (AS) Sejauh ini kemampuan yang saya miliki hanyalah menulis cerita saja 2. (IS) Penilaian saya terhadap diri saya sendiri dengan kemampuan yang saya miliki, saya sudah pernah berpikir tentang tujuan hidup saya di masa depan dengan menulis keinginan saya untuk masa depan saya. 3. (WS) Saya menilai kemampuan dalam diri saya saat ini saya sudah bekerja keras untu bisa hidup sejauh ini dengan berbagai rintangan yang sudah saya alami. 4. (AR) kemampuan dalam diri saya saat ini saya menyadari bahwa saya suka menggambar kepribadian diri saya sendiri 5. (RS) Saya melakukan penilaian terhadap diri saya, saya bisa menetapkan tujuan hidup saya di masa depan. 6. (EA) Penilaian terhadap diri saya saat ini, saya bagga dengan diri saat ini karena sudah bisa melewati masa-masa sulit. 7. (AL) penilaian diri saya dengan kemampuan yang saya miliki saat ini saya bisa berangan tentang kehidupan saya di masa 	<p>Dari sepuluh subjek tersebut menunjukkan adanya <i>reliability</i> yaitu, terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam merancang suatu tujuan.</p>
--	--	---

depan dan merancang kehidupan saya di masa depan

8. **(OS)** Saya menilai diri saya dengan kemampuan yang saya miliki saat ini, saya bisa melakukan semua hal yang ada dan saya bangga dengan diri saya sendiri.
 9. **(DN)** Saya menilai diri saya dengan kemampuan yang saya miliki saat ini saya mampu berfikir dengan menentukan tujuan karir saya dimasa depan
 10. **(FT)** Kemampuan yang saya miliki saat ini, saya mampu berfikir untuk merencanakan kehidupan dan keinginan saya di masa depan dan penilaian terhadap diri saya sendiri, saya bangga dengan diri saya sendiri karena sudah mampu melewati semua masa sulit sendiri yang pernah saya alami sendiri.
-

Berdasarkan hasil wawancara diatas, maka dapat disimpulkan, bahwa dari subjek di atas menunjukkan *self control* berdasarkan aspek Tangney, Baumeister, dan Boone (2004), yang telah ditentukan peneliti. Hasil wawancara kepada beberapa mahasiswi pengunjung cafe di gresik kota baru menunjukkan adanya kontrol diri dari beberapa subjek. Semua subjek menunjukkan aspek yang pertama yaitu *self-discipline*. Mereka mengaku bahwa mereka bisa menahan diri terhadap hal-hal yang bisa membuat konsentrasi terganggu dengan cara mereka sendiri. Itulah yang dinamakan *self-discipline* dalam aspek *self control*.

Aspek kedua, yaitu *deliberate/nonimpulsive* terdapat pada beberapa subjek. Mereka mengaku bahwa mereka dapat melakukan sesuatu dengan melakukan pertimbangan ketika akan membuat sebuah keputusan. Aspek ketiga, yaitu *healthy habits* terdapat pada semua subjek. Subjek memiliki kemampuan dan mengatur perilakunya dengan baik sehingga dapat melakukan kebiasaan dengan baik. Aspek keempat, yaitu *work ethic* terdapat pada semua subjek. Semua subjek memiliki kemampuan dalam menyelesaikan tuganya masing-masing tanpa adanya pengaruh dari lingkungan luar. Aspek kelima, yaitu *reliability* terdapat pada semua subjek. Semua subjek memiliki kemampuan untuk menilai dirinya dan merancang rencana untuk tujuan tertentu. Hal tersebut dapat membuat individu secara konsisten akan mengatur perilakunya dalam rangka mencapai tujuan rencananya.

Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) menyatakan bahwa kontrol diri sebagai kemampuan individu dalam menentukan perilakunya dengan mempertimbangkan moral, nilai, dan aturan masyarakat sehingga mengesampingkan impuls dan respon spontan yang selama ini menjadi kebiasaan agar mengarah pada perilaku positif.

Tabel 1.3 Hasil Wawancara *Self Esteem* pada Mahasiswi Pengunjung Cafe di Gresik Kota Baru

No	Aspek	Pernyataan	Kesimpulan
1.	<i>Self-acceptance</i> Aspek ini menggambarkan bagaimana seorang dapat menerima segala sesuatu yang ada pada dirinya	<p>Bagaimana cara anda melakukan penilaian terhadap diri anda sendiri?</p> <ol style="list-style-type: none"> (AS) Saya melakukan penilaian terhadap diri saya dengan cara saya membuat buku journaling yang didalamnya ada aturan-aturan yang harus saya penuhi, meskipun terkadang saya tidak melakukannya, tapi sebagian saya melakukan bahwa saya dapat mengontrol emosi dengan baik dan saya juga bisa mandiri dalam hal apapun. (IS) Saya melakukan penilaian terhadap diri saya dengan saya melihat potensi yang saya miliki. (WS) Saya menilai diri saya bahwa saya belum bisa mandiri dan selalu merepotkan orang lain (AR) Saya menilai diri saya bahwa saya orangnya pemalas (RS) saya melakukan penilaian terhadap diri saya dengan melihat potensi yang saya miliki dan saya juga dapat mengontrol perilaku saya dengan baik. (EA) saya melakukan penilaian terhadap diri 	Dari sepuluh subjek terdapat lima subjek yang menunjukkan adanya <i>Self-acceptance</i> yaitu individu dapat menerima segala sesuatu yang ada pada dirinya.

saya dengan saya merasakan belum ada kepuasan terhadap diri saya sendiri karena saya belum bisa melakukan hal apapun.

7. (AL) Saya menilai diri saya **bahwa saya adalah orang yang baik dan bisa diandalkan karena saya memiliki potensi dalam diri saya**
8. (OS) Saya menilai diri saya dengan cara **saya sudah bisa mengontrol emosi saya dengan baik dan saya juga sudah mengenali diri saya sendiri**
9. (DN) Saya mampu melakukan penilaian terhadap diri saya sendiri **karena saya memiliki potensi dalam diri saya yang saya miliki.**
10. (FT) Saya merasa saya belum bisa mengenali diri saya dengan baik

2. *Self-respect*
Aspek ini menggambarkan bagaimana seseorang bisa menghargai dan menghormati keberadaan dirinya

Apakah anda merasa puas dan merasa percaya diri dengan kemampuan yang anda miliki? Jelaskan!

1. (AS) **Yah, saya merasa puas dengan kemampuan yang saya miliki, karena sejauh ini saya sudah mendapatkan apa yang ingin saya capai.**
2. (IS) **Betul, saya memiliki kepercayaan diri yang tinggi untuk melakukan apa saja.**
3. (WR) Saya belum tau kemampuan apa yang saya miliki karena saya belum meraih pencapaian yang saya inginkan
4. (AR) Saat ini saya belum merasa puas dengan diri saya karena saya belum

Dari sepuluh subjek tersebut terdapat lima subjek yang menunjukkan adanya *Self-respect* yaitu individu mampu menghargai dan menghormati keberadaan dirinya.

-
- mampu melakukan semua dengan kemampuan yang saya miliki.
5. **(RS)** saya merasa kurang percaya diri karena saya selalu ragu untuk melakukan apa saja.
 6. **(EA)** **Yah saya puas dengan kemampuan yang saya miliki.**
 7. **(AL)** **Iya, saya merasa dengan puas dengan kemampuan yang saya miliki, dan saya memiliki kepercayaan diri yang tinggi**
 8. **(OS)** Saya tidak puas dengan diri saya karena saya tidak pernah melakukan apa yang saya bisa.
 9. **(DN)** **saya merasa saya memiliki kemampuan dalam diri saya**
 10. **(FT)** Saya tidak puas dengan kemampuan dalam diri saya karena saya selalu melakukan apa saja dengan bantuan orang lain..
-

Berdasarkan hasil wawancara diatas, maka dapat disimpulkan, bahwa dari subjek di atas menunjukkan *self control* berdasarkan aspek Rosenberg (1979), yang telah ditentukan peneliti. Hasil wawancara kepada beberapa mahasiswi pengunjung cafe di gresik kota baru menunjukkan adanya *self esteem* dari beberapa subjek. Beberapa subjek menunjukkan aspek yang pertama yaitu *self-acceptance*. Mereka mengaku bahwa mereka bisa menerima segala sesuatu yang ada pada dirinya. Itulah yang dinamakan *self-acceptance* dalam aspek *self esteem*. Aspek kedua, yaitu *respect* terdapat pada beberapa subjek. Mereka mengaku bahwa mereka dapat menghormati dan bisa menghargai keberadaan dirinya.

Didukung penelitian (Nadya Utari, 2019) yang menyatakan adanya Pengaruh Harga Diri Terhadap Gaya Hidup Hedonisme Pada Mahasiswa Sumatera Barat Yang Kuliah Di Pulau Jawa. Penelitian ini menggunakan skala harga diri dan gaya hidup hedonisme dengan reliabilitas harga diri= 0,892 dan reliabilitas gaya hidup hedonisme = 0,888. Data diolah menggunakan teknik statistik analisis regresi linier sederhana, dengan hasil uji hipotesis p

= 0,715 ($p > 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa harga diri tidak berpengaruh secara signifikan terhadap gaya hidup hedonisme pada mahasiswa yang kuliah di Pulau Jawa. Kemudian adanya pengaruh *self esteem* dengan *self control* yang didukung penelitian (Nisrina Nibras Nofitriyani, 2020) yang menyatakan adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan harga diri dengan perilaku konsumtif dengan $R=0,176 < 0,05$ dan diketahui koefisien determinasi R^2 sebesar 0,031. Pengaruh *self control* dengan *hedonic lifestyle* yang didukung penelitian (Fathia Zahrotu Sa'idah, 2015) yang menyatakan adanya pengaruh Kontrol Diri Terhadap Gaya Hidup Hedonis Pada Mahasiswa Angkatan 2015 Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Swasta X di Bandung. Berdasarkan pengujian hipotesis diperoleh hasil H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya terdapat pengaruh negatif antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa angkatan 2015 Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Swasta X di Bandung. Dalam hasil perhitungan diperoleh R^2 sebesar 0,346. Hal ini berarti variabel kontrol diri berkontribusi mempengaruhi gaya hidup hedonis sebesar 34,6% dan sisanya 65,4% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil perhitungan didapat bahwa mahasiswa angkatan 2015 Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Swasta X memiliki kontrol diri dan Gaya hidup hedonis pada kategori sedang.

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka peneliti tertarik untuk melanjutkan penelitiannya dengan menggunakan *self control* sebagai mediasi untuk melihat apakah dengan mediasi *self control* dapat menambah pengaruh yang kuat antara *self esteem* dengan *hedonic lifestyle* sebagai pembaharuan peneliti. Didukung penelitian terdahulu (Amelia Gustin, 2023) melakukan penelitian dengan judul “*Self Control* sebagai prediktor Gaya Hidup Hedonisme Pada Mahasiswa yang menggunakan *Skincare*”. Hasil penelitian di dapatkan bahwa *self-control* pada mahasiswa yang menggunakan *skincare* pada kategori (Tinggi) dan gaya hidup *hedonisme* pada kategori (Sedang). Dari hasil uji koefisien determinasi didapatkan hasil 0,252, dengan ini dapat disimpulkan bahwa *self-control* berkontribusi sebanyak 25.2% terhadap gaya hidup *hedonisme*. Sehingga peneliti menggunakan judul “**Pengaruh *Self Esteem* dan *Hedonic Lifestyle* dengan mediasi *Self Control* pada Mahasiswa**”.

Keaslian penelitian ini merujuk kepada beberapa penelitian sebelumnya yang mempunyai tema besar yang relatif sama dalam hal kajian, meskipun berbeda dalam hal kriteria subjek, jumlah, dan posisi variabel penelitian atau metode analisis yang digunakan,

adapun penelitian yang terkait dan hampir sama dengan gaya hidup hedonis, kontrol diri, dan *self-esteem* yang telah dilakukan antara lain yaitu Pengaruh *Self-Esteem* dan Gaya Hidup Hedonis Terhadap Perilaku Konsumtif pada Remaja di Surabaya (Liana & Rosatyani, 2022). Partisipan dalam penelitian tersebut merupakan remaja usia 17-24 tahun dan belum menikah yang berdomisili Surabaya (N=384). Pengumpulan data menggunakan Metode survei dan alatukur yang digunakan, antara lain perilaku konsumtif *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) yang telah diadaptasi dan ditranslasi, dan gaya hidup hedonis yang telah di modifikasi. Data analisis menggunakan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan nilai sebesar 6,341 dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) untuk gaya hidup hedonis dan nilai t sebesar -1,143 dengan signifikansi 0,025 ($p < 0,05$) untuk self-esteem. Analisis antara gaya hidup hedonis dan self-esteem dengan perilaku konsumtif dengan nilai koefisien korelasi berganda (R) sebesar 0,312. Artinya perilaku konsumtif memiliki pengaruh yang cukup kuat dengan gaya hidup hedonis dan *self-esteem*.

Hubungan antara kontrol diri dan Harga Diri dengan Perilaku Konsumtif pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah Surabaya (Firli Andri Fidaiyu, dkk. 2017). Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat Hubungan antara kontrol diri dan Harga Diri dengan Perilaku Konsumtif pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah Surabaya. Dalam penelitian tersebut Pengumpulan data menggunakan skala kontrol diri (15 aitem, $\alpha = 0,869$), skala harga diri (9 aitem, $\alpha = 0,809$), dan skala perilaku konsumtif (14 aitem, $\alpha = 0,882$). Subyek dalam penelitian ini sebanyak 89 mahasiswa putri Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah Surabaya. Teknik pengambilan sampel menggunakan *quota sampling*. Teknik analisa data menggunakan korelasi *product moment* dan korelasi ganda. Hipotesis minor pertama diterima dengan nilai $r = 0,668$ ($0,668 > 0,202$) dan signifikansi $0,000 < 0,005$, sumbangan efektif 44,6%. Hipotesis minor kedua diterima dengan nilai $r = 0,313$ ($0,313 > 0,202$) dan signifikansi $0,000 < 0,005$, sumbangan efektif 9,8%. Hipotesis mayor diterima dengan nilai signifikan $0,000 < 0,05$ dengan sumbangan efektif 45,3%.

Penelitian selanjutnya yaitu, kontrol Diri dan Gaya Hidup Hedonis pada Mahasiswa Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro (Fatia Nur Azizah, 2015). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 70 orang, yang diperoleh dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Data diambil dengan menggunakan Skala Gaya Hidup Hedonis dengan 23 aitem, dan Skala Kontrol Diri dengan 26 aitem. Analisis data menggunakan

regresi linier sederhana. Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro ($r = -0,480$; $p < 0,001$). Artinya semakin tinggi kontrol diri mahasiswa maka semakin rendah gaya hidup hedonisnya, dan sebaliknya semakin rendah kontrol dirinya maka semakin tinggi gaya hidup hedonis yang dimiliki subjek penelitian.

Pada penelitian tersebut ditemukan variabel yang sama yaitu gaya hidup hedonis, kontrol diri dan *self esteem*. Namun penelitian tersebut berbeda dengan penelitian yang dilakukan kali ini. Perbedaan tersebut terletak pada subjek penelitian dan tempat penelitian serta teori yang digunakan. Pada penelitian ini, peneliti akan membahas mengenai pengaruh *self esteem* terhadap *hedonic lifestyle* dengan mediasi *self control* pada mahasiswi pengunjung cafe di Gresik Kota Baru (GKB). Variabel pada penelitian ini menggunakan tiga variabel yaitu *self esteem*, *hedonic lifestyle*, dan *self control*.

1.3 Batasan Masalah

Batasan masalah adalah suatu pemberian batas pada permasalahan dalam penelitian yang telah dilakukan. Memberikan batas ini sendiri bertujuan agar permasalahan yang sedang diteliti tidak meluas atau melebar ke permasalahan-permasalahan yang lain. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dapat ditentukan pembatasan masalah seperti berikut:

1. *Hedonic Lifestyle*

Menurut Wells dan Tigert (1971) mendefinisikan *lifestyle* adalah pola hidup, penggunaan terhadap finansial dan waktu yang dimiliki oleh seseorang.

2. *Self Esteem*

Menurut Rosenberg (1979) menyatakan bahwa individu yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan menghormati dirinya dan menganggap dirinya sebagai individu yang berguna, sedangkan individu yang memiliki *self-esteem* yang rendah ia tidak dapat menerima dirinya dan menganggap dirinya tidak berguna dan serba kekurangan.

3. *Self Control*

Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) menyatakan bahwa kontrol diri sebagai kemampuan individu dalam menentukan perilakunya dengan mempertimbangkan moral, nilai, dan aturan masyarakat sehingga mengesampingkan impuls dan respon spontan yang selama ini menjadi kebiasaan agar mengarah pada perilaku positif.

4. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswi yang pernah mengunjungi cafe di Gresik Kota Baru.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan yang telah dijelaskan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat pengaruh *self esteem* terhadap *hedonic lifestyle* dengan mediasi *self control* pada mahasiswi pengunjung cafe di Gresik Kota Baru (GKB)?
2. Apakah terdapat pengaruh *self esteem* terhadap *hedonic lifestyle* pada mahasiswi pengunjung cafe di Gresik Kota Baru (GKB)?
3. Apakah terdapat pengaruh *self esteem* terhadap *self control* pada mahasiswi pengunjung cafe di Gresik Kota Baru (GKB)?
4. Apakah terdapat pengaruh *self control* terhadap *hedonic lifestyle* pada mahasiswi pengunjung cafe di Gresik Kota Baru (GKB)?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusaan masalah diatas, jadi tujuan dilaksanakannya penelitian ini yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh *self esteem* terhadap *hedonic lifestyle* dengan mediasi *self control* pada mahasiswi pengunjung cafe di Gresik Kota Baru (GKB)?
2. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *self Esteem* terhadap *hedonic lifestyle* pada mahasiswi pengunjung cafe di Gresik Kota Baru (GKB).
3. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *self esteem* terhadap *self control* pada mahasiswi pengunjung cafe di Gresik Kota Baru (GKB).
4. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *self control* terhadap *hddonic lifestyle* pada mahasiswi pengunjung cafe di Gresik Kota Baru (GKB).

1.6 Manfaat Penelitian

Manfat penelitian ini yakni diantaranya:

- 1) Manfaat Teoritik

Hasil dari penelitian ini, peneliti mengharapkan bisa memiliki manfaat, agar dijadikan sumber informasi dalam menjawab permasalahan-permasalahan yang terjadi *pada hedonic lifestyle* terutama bagi para mahasiswa sehingga dapat memberikan manfaat dalam mengkontrol diri agar tidak melakukan *hedonic lifestyle*.

2) Manfaat Praktis

a. Untuk Subjek Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi masukan pada mahasiswa untuk tidak berperilaku hedonisme dan juga bisa menetapkan pola gaya kehidupan yang hemat.

b. Bagi Orang Tua

Diharapkan orang tua dapat melakukan pengawasan dan pengarahan terhadap anak sehingga anak tidak terjerumus ke dalam perilaku *hedonic lifestyle*.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan bisa dijadikan sumber rujukan untuk penelitian setelahnya mengenai perilaku *hedonic lifestyle*.

