

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN GAYA  
HIDUP HEDONISME PADA REMAJA DAN  
IMPLEMENTASI DALAM PELAYANAN BIMBINGAN  
DAN KONSELING**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Syarat Menyelesaikan Pendidikan Strata Satu (S1)*

*Jurusan Bimbingan dan Konseling*



Oleh

**FINNI AFADILAH**

**NIM. 18006263**

Dosen Pembimbing : Prof. Dr. Mudjiran, M.S.,Kons

**DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

**2022**

## PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji  
Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,  
Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonisme  
Pada Remaja dan Implementasi dalam Pelayanan  
Bimbingan dan Konseling

Nama : Finni Afadilah

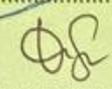
NIM : 18006263

Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 07 September 2022

Tim Penguji,

	Nama	Tanda tangan
1. Ketua	: Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons	1. 
2. Anggota 1	: Ifdil, S.HI., S.Pd, M.Pd, Ph.D, Kons	2. 
3. Anggota 2	: Dr. Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd.	3. 

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

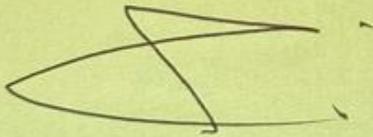
**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN GAYA HIDUP HEDONISME PADA  
REMAJA DAN IMPLEMENTASI DALAM PELAYANAN BIMBINGAN DAN  
KONSELING**

Nama : Finni Afadilah  
NIM/BP : 18006263/2018  
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 07 September 2022

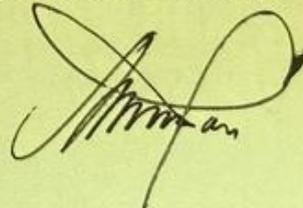
Disetujui oleh

Kepala Departemen



**Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.**  
NIP. 19610225 198602 1 001

Pembimbing Akademik



**Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons**  
NIP.19490609 197803 1 001

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

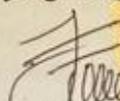
Nama : Finni Afadilah  
NIM/BP : 18006263/2018  
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Ilmu Pendidikan  
Judul : Hubungan Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonisme  
Pada Remaja dan Implementasi dalam Pelayanan  
Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 07 September 2022

Saya yang menyatakan,

  
Finni Afadilah  
NIM.18006263



## ABSTRAK

Finni Afadilah. 2022. "Hubungan Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonisme dan Implementasinya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling". Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini berdasarkan fenomena yang sedang marak terjadi dimasyarakat terutama dikalangan remaja yaitu gaya hidup hedonisme. Kesenangan semata serta kepuasan sesaat yang tidak bisa dikendalikan oleh remaja, sehingga membimbing remaja dalam melakukan sesuatu yang tidak bisa diimbangi.. Maka dengan hal itu kontrol diri merupakan suatu perlakuan dalam membimbing tingkah laku sendiri dan kemampuan untuk menekankan atau merintangangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kontrol diri remaja dan membantu remaja sehingga menyeimbangkan kehidupan dengan baik, hal itu dapat dilakukan melalui implementasi dalam pelayanan bimbingan dan konseling.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan dengan pendekatan deskriptif korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di kota Padang sampel penelitian ini menggunakan teknik *Sampling Insidental* dengan mengambil. Instrumen pengumpulan data menggunakan angket model *likret* dengan penyebaran angket secara langsung. Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* dari SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Kontrol diri pada remaja di kota Padang dikategorikan masih rendah. Berdasarkan indikator dari yang diteliti terlihat bahwa kurangnya kontrol perilaku pada diri sendiri, kurangnya kontrol kognitif dalam berfikir, dan kurangnya kontrol keputusan dalam mengambil suatu tindakan. 2) Gaya hidup hedonisme pada remaja di kota Padang dikategorikan masih rendah. Berdasarkan indikator yang diteliti terlihat bahwa berlebihnya minat untuk selalu tampil bergaya modern, berlebihnya aktifitas yang dilakukan padahal tidak terlalu berguna, dan opini yang selalu menggiring untuk melakukan suatu hal diluar kebutuhan. 3) Hasil dari pengolahan data bahwasanya terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme pada remaja di kota Padang.

**Kata Kunci :** Kontrol diri, Gaya Hidup Hedonisme

## KATA PENGANTAR

Assallamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Hubungan Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonisme dan Implementasinya dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling”**. Shalawat serta salam tetap terlimpahkan kepada junjungan alam nabi Muhammad SAW yang telah membimbing umatnya kearah yang benar.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidaklah terlepas dari dukungan, dan bantuan dari beberapa pihak baik secara langsung maupun secara tidak langsung hingga proposal ini terselesaikan dengan baik. Ucapan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Mudjiran, Ms. Kons selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan masukan, membimbing dengan setulus hati dan ikhlas kepada penulis yang senantiasa selalu meluangkan waktunya untuk melakukan bimbingan sehingga proposal ini dapat terselesaikan.
2. Bapak Prof. Dr. Firman, Ms. Kons selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP dan Bapak Dr. Afdal, M.Pd., Kons selaku sekretaris jurusan FIP UNP. Terimakasih atas layanan dan perhatian yang diberikan.
3. Bapak Ifdil, S.HI, S.Pd, M.Pd, Ph.D, Kons dan Ibu Dr. Dina Sukma, S.Psi, S.Pd., M.Pd. Selaku tim contributor dan tim pembimbing instrument

(judgment) yang telah memberikan saran, kritik, arahan, dan ilmu serta senantiasa meluangkan waktu untuk penulis.

4. Ibu Nilma Zola S.Pd., M.Pd selaku dosen pembimbing instrument (judgment) yang telah baik hati, ramah, memberi saran, ilmu dan arahan serta meluangkan waktunya untuk membimbing penulis.
5. Bapak/ibu dosen jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang yang selama ini dari awal semester sampai selesai memberikan ilmu yang sangat berguna dan bermanfaat.
6. Untuk kedua orangtua ibu dan ayah, yang selalu senantiasa mendoakan, memberikan semangat yang tiada henti, mengingatkan kesabaran yang harus selalu dilakukan, sehingga penulis bisa menyelesaikan proposal ini.
7. Untuk kakak, dan keluarga yang selalu memberikan semangat dan motivasi kepada penulis.
8. Untuk teman-teman BK 18, teman Sepembimbing yang selalu membantu, serta ikut memberikan masukan kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan masukan berupa kritik dan saran yang bermanfaat dari berbagai pihak. Semua masukan tersebut akan penulis jadikan sebagai motivator untuk memperbaiki dan berkarya lebih baik lagi dimasa yang akan datang, selanjutnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca

Padang, 23 agustus 2022

Finni Afadilah

NIM. 1800663

## DAFTAR

## ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>x</b>

### **BAB 1 PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Pembatasan Masalah .....	8
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian .....	9

### **BAB II KAJIAN TEORI**

A. Gaya Hidup Hedonisme .....	11
1. Pengertian gaya hidup hedonisme.....	11
2. Macam-macam gaya hidup hedonisme .....	14
3. Indikator pengukuran gaya hidup hedonisme .....	16
4. Faktor-faktor gaya hidup hedonisme .....	17

B. Kontrol Diri .....	20
-----------------------	----

1. Pengertian kontrol diri.....	20
2. Aspek-aspek kontrol diri .....	21
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri.....	23
C. Hubungan Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonisme Pada Remaja .....	26
D. Implementasi dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling .....	30
E. Penelitian yang Relevan.....	32
F. Kerangka Konseptual.....	33
G. Hipotesis Penelitian.....	34

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	36
B. Populasi dan Sampel .....	36
C. Instrument Penelitian .....	38
D. Jenis dan Sumber Data .....	43
E. Teknik Analisis Data.....	44

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil penelitian.....	46
B. Pembahasan.....	56

### **BAB V PENUTUP**

<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>66</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>66</b>

<b>DAFTAR RUJUKAN.....</b>	<b>68</b>
----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>71</b>
----------------------	-----------



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kerangka konseptual .....	34
Tabel 2. Skor jawaban angket kontrol diri.....	38
Tabel 3. Skor jawaban angket gaya hidup hedonisme .....	39
Tabel 4. Hasil uji validitas variable kontrol diri .....	40
Table 5. hasil uji validitas variabel gaya hidup hedonisme.....	41
Tabel 6. Reliabilitas variabel.....	42
Tabel 7. Rentang skor untuk jawaban .....	44
Tabel 8. Kontrol diri secara keseluruhan .....	46
Tabel 9. Deskripsi aspek kontrol diri .....	47
Tabel 10. Deskripsi kontrol diri aspek kontrol kognitif .....	48
Tabel 11. Deskripsi kontrol diri aspek kontrol keputusan.....	49
Tabel 12. Gaya hidup hedonisme secara keseluruhan.....	50
Tabel 13. Deskripsi gaya hidup hedonisme aspek minat.....	51
Tabel 14. Deskripssi gaya hidup hedonisme aspek aktifitas.....	52
Tabel 15. Deskripsi gaya hidup hedonisme aspek opini .....	53
Tabel 16. Uji normalitas .....	54

## **DAFTAR GAMBAR**

<b>Gambar 1. Hasil pengujian linearitas .....</b>	<b>55</b>
<b>Gambar 2 hubungan control diri dengan gaya hidup hedonisme pada remaja .....</b>	<b>56</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>LAMPIRAN 1 Tabulasi Hasil Pengelolaan Hasil Validasi Instrumen Kontrol Diri dan Gaya Hidup .....</b>	<b>72</b>
<b>LAMPIRAN 2. Rekapitulasi <i>Judge</i> Instrumen Penelitian .....</b>	<b>75</b>
<b>LAMPIRAN 3. Instrumen Penelitian.....</b>	<b>82</b>
<b>LAMPIRAN 4. Tabulasi PEngolahan Data Kontrol Diri.....</b>	<b>89</b>
<b>LAMPIRAN 5. Tabulasi Pengolahan Data Gaya Hidup.....</b>	<b>96</b>
<b>LAMPIRAN 6. Surat Izin dari Jurusan Bimbingan dan Konseling .....</b>	<b>105</b>
<b>LAMPIRAN 7. Dokumentasi .....</b>	<b>106</b>

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Indonesia telah memasuki era industry 4.0 merupakan era perkembangan teknologi yang canggih serta medahkan kehidupan dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Terdapat perubahan serta permasalahan karena adanya fase perubahan diri, dan pengembangan sikap realistis serta harapan. Pada masa sekarang di mana modernisasi yang semakin berkembang, kemungkinan besar orang-orang yang hidup di zaman sekarang ini banyak kehilangan kesadaran tentang makna hidup yang lebih mendalam, karena disingkirkan tata nilai tradisional seperti agama, adapun kepercayaan lainnya yang telah digantikan bentuk-bentuk kepercayaan modern seperti gaya hidup. Mudjiran (2005), mengatakan bahwa lingkungan merupakan segala sesuatu yang mempengaruhi individu. Diiringi dengan kemajuan teknologi yang begitu pesat membuat pengaruh dari berbagai kalangan salah satunya pada remaja.

Remaja pada umumnya digolongkan kedalam kelompok masa remaja akhir yang berada pada rentang usia 18-22 tahun dan merupakan masa transisi menuju ke fase dewasa (Santrock, 2002). Pada masa ini merupakan transisi dari masa remaja akhir ke masa dewasa awal.

Remaja cenderung mengagung-agungkan kesenangan dan kenikmatan dalam menjalani hidup, sehingga remaja seringkali menomorduakan tugas utamanya yaitu belajar dan menggampangkan kuliahnya, dengan sering menitip absen untuk melakukan kegiatan seperti nongkrong di *coffeeshop* atau sekedar

*hangout* (Rahmalisa, 2015). Hal ini berpengaruh terhadap diri remaja terutama dalam gaya hidup yang diperlihatkan oleh remaja.

Gaya hidup adalah menunjukkan bagaimana seseorang hidup, bagaimana membelanjakan uangnya dan bagaimana mengalokasikan waktu (Minor dan Mowen dalam Sumantri, 2010). Dengan kata lain gaya hidup dapat mengatur pola kehidupan seseorang dan cara menghabiskan waktu seseorang. Gaya hidup akan selalu berkembang sehingga terjadi perubahan nilai-nilai adat istiadat yang sudah digantikan dengan gaya hidup yang hanya mementingkan fisik, penampilan luar, hedonisme serta *glamor* sehingga memperlihatkan kesan yang terlihat modern dan menimbulkan *prestise*.

Gaya hidup adalah pola hidup seseorang dalam dunia kehidupan sehari-hari yang dinyatakan dalam kegiatan, minat dan pendapat yang bersangkutan. Anggraini & Santhoso (2017) berpendapat gaya hidup hedonisme adalah salah satu pola kehidupan yang dikenal sebagai *trend* di kalangan remaja saat ini.

Gaya hidup hedonisme yang diposting di media sosial memiliki unsur pengakuan dari gaya hidup yang mereka miliki. Berdasarkan hasil data *Internet World Stats* pada maret 2021 pengguna internet di Indonesia mencapai 212,35 juta dimana jumlah ini merupakan 76,8% dari populasi di Indonesia. Dengan peningkatan jumlah penggunaan internet semakin meningkat pula kemunculan toko-toko online, dan hal tersebut menjadikan aktifitas individu dalam berbelanja menjadi tidak terbatas. Selain itu melalui media sosial terbentuk komunitas online yang meningkatkan nilai konsumtif dalam diri individu (Nalewajek & Macik,

2013). Akibatnya, remaja saling bersaing untuk menampilkan hal yang dimilikinya, berupa fashion atau gaya hidup.

Penelitian dilakukan oleh Kirgiz di Istanbul Turki menunjukkan bahwa budaya hedonis ini akan cenderung memiliki pola perilaku konsumen di era abad ke-21. Hasil survei Surindo menemukan bahwa remaja Indonesia pada masa kini semakin konsumtif, senang gonta ganti merk, mudah termakan tren, dan gemar tampil keren (Swa, 2000).

Berhubungan dengan hasil penelitian Anggraini dan Santhoso 2017 diperoleh dengan data gaya hidup hedonisme pada mahasiswa pada kategori sedang 78%. Yaitu kategori tinggi 8,5% (12 subjek), kategori sedang 78% (110 subjek), dan kategori rendah sebesar 8,5% (19 subjek). Berdasarkan analisis sikap belanja ini rata-rata dilakukan oleh mahasiswa baik itu laki-laki maupun perempuan. Veenhoven (2003) dalam penelitiannya mengenai gaya hidup hedonisme yang dapat menjadi keresahan sosial dikarenakan perilaku hedonisme yang dikaitkan dengan mengejar gaya hidup mewah, serta perilaku yang senang mencari kenikmatan dan dapat menyebabkan seseorang menjadi tidak peka terhadap lingkungan sekitar serta mengarah kepada degradasi nilai moral.

Seiring dengan itu Febrianti (2017) mengatakan bahwa gaya hidup hedonisme dapat memberikan dampak negatif yang merasa selalu tidak puas dan hidup dengan boros. Gaya hidup yang tidak dapat dikendalikan di akibatkan oleh rendahnya kontrol diri individu.

Chaplin (2006) berpendapat bahwa kontrol diri yaitu kemampuan untuk membimbing tingkah sendiri dalam artian kemampuan seseorang untuk menekan atau merintangai impuls-implus atau tingkah laku impulsive. Selain itu indikator kontrol diri yaitu a) kontrol perilaku yaitu kemampuan mengatur dan pelaksanaan serta memodifikasi stimulus, b) kontrol kognitif adalah kemampuan dalam memperoleh informasi dan melakukan penilaian, serta c) menontrol kepuasan yaitu kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan yang berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujui (Averill, 1973).

Secara umum kontrol diri diperlukan oleh setiap individu dalam memahami keadaan-keadaan yang kurang berkenan dalam kehidupan (Intani & Ifdil, 2018). Hal ini berlaku juga pada remaja, akibat belum banyak pengalaman yang didapatkan oleh remaja, kebanyakan dari mereka tidak mampu dalam mengontrol diri. Remaja pada masa kini dalam berbelanja dan membeli keperluannya seringkali bukan berdasarkan pada kebutuhan, tetapi berkaitan dengan usahanya yang mengikuti tren yang sedang berlaku di kalangan remaja itu sendiri dan meniru teman sebaya. Hal itu berhubungan erat dengan gaya hidup yang mencari kesenangan disebut dengan gaya hidup hedonisme yang merupakan perwujudan dari ekspresi perilaku eksperimental yang dimiliki remaja untuk mencoba hal-hal yang baru (Susionto, 1993). Berhubungan dengan hal itu pengaruh dari teman sebaya dapat mengakibatkan kontrol diri yang tidak baik.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh BKKBN pusat dan diterima BKPP Kabupaten Semarang, bahwa sebanyak 72% perilaku anak remaja sangat di pengaruhi oleh teman sebayanya (TribunNews, 2016). Penelitian Merton

(dalam Soekanto, 1990) mengatakan bahwa kelompok referensi adalah kelompok sosial yang menjadi acuan bagi remaja untuk membentuk pribadi dan perilakunya, atau individu yang bukan dari golongan yang sama mengidentifikasi dirinya dengan orang lain, seperti remaja memandang tokoh idola sebagai panutan bergaul dan meniru teman sebaya.

Berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningsih & Fatmawati (2016), yang berjudul “The Influence Of Hedonic Lifestyle, Shopping Addiction, Fashion Involvement On Global Brand Impulse Buying” yang menyatakan bahwa mahasiswa Prodi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis UMSU lebih cenderung dan terbiasa memiliki perilaku pembelian yang tidak terencana.

Hal ini memperlihatkan dalam penelitiannya bahwa gaya hidup hedonisme mempengaruhi secara positif dan signifikan terhadap pembelian tanpa rencana. Hasil ini terlihat dari jawaban para responden bahwa mayoritas mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktu untuk berbelanja, ada 70% yang menyatakan setuju bahwa mereka berbelanja lebih dari 3 kali dalam seminggu. Selain itu ada 50% mahasiswa yang menyatakan bahwa mereka mengunjungi mall atau tempat hiburan sebanyak 2-3 kali dalam seminggu dan ada 45% yang menyatakan mereka mengunjungi mall atau tempat hiburan dan bersenang-senang dengan teman-temannya setiap hari. Selain itu remaja juga banyak menghabiskan waktu diluar, seperti *nongkrong* di kafe kekinian atau *hitz*.

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Fauzi, Punia, dan Kamajaya (2017) bahwa persepsi anak muda atau remaja tentang kafe yaitu sarana dalam eksistensi diri untuk melepaskan hasrat, selera dan pembentukan budaya serta gaya hidup. Diiringi oleh penelitian yang dilakukan oleh Dharma H.W (2020) dalam penelitian yang dilakukan pada remaja memiliki kontrol diri yang rendah, sedangkan gaya hidup hedonisme terbagi menjadi dua kategori yaitu, dari 75 subjek terdapat 50 orang (66,7%) yang memiliki gaya hidup hedonisme pada kategori sedang dan 25 orang (33,3%) dalam kategori rendah.

Menurut penuturan para remaja yang saat itu sedang bersantai di sebuah kafe mengatakan bahwa mereka biasanya nongkrong di tempat biasa 3-4 kali dalam seminggu sepulang sekolah, bagi mereka ketika mereka duduk-duduk di kafe dengan teman-teman sangat menyenangkan, mereka rela tidak langsung pulang ke rumah sepulang sekolah atau belajar, karena bagi mereka tidak ingin melewatkan kesempatan berkumpul dengan teman-temannya, menurut mereka ketika berkumpul dengan teman-teman mereka akan melihat barang-barang baru yang dipakai oleh teman sebaya yang dapat mereka tiru untuk di beli.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada salah satu remaja pengunjung kafe di daerah Pasar Baru mengatakan bahwa mereka mengunjungi kafe dapat berkumpul dan bermain bersama teman-teman seperti bermain game online bahkan dilakukan setiap malam yang dimulai dari pukul 19:00-23.00 WIB dan menghabiskan uang kurang lebih 50 ribu rupiah setiap mengunjungi kafe tidak hanya itu mereka juga dapat memperbaharui / *update* di media social,

sehingga mereka menghabiskan banyak uang dan tidak sesuai dengan standar uang belanjaan mereka.

Para remaja mengatakan bahwa uang belanja yang digunakan untuk duduk bersantai dan *hangout* bersama dengan teman-temannya serta bergaya dengan fashion yang sedang *trend*, mereka dapatkan dari orang tua mereka dengan alasan membuat tugas atau membeli buku, bahkan mereka tidak peduli dengan keadaan ekonomi orang tua mereka, selain itu remaja juga sering melakukan *pinjaman online* yang bisa dibayar bulan selanjutnya. Hal tersebut dilakukan oleh remaja hanya karena untuk bernampilan menarik, mengikuti gaya hidup standarisasi *modern* zaman sekarang, karena tidak ingin ketinggalan oleh teman sebaya, serta hanya untuk dikatakan *gaul* untuk diterima oleh lingkungan sosial.

Hasil dari penelitian diatas selaras dengan hasil kuisisioner yang telah dilakukan pada hari rabu, 16 Februari 2022, berdasarkan studi awal yang dilakukan oleh 20 orang remaja, terdapat hasil studi awal yang ditemukan bahwa kontrol diri yang ditinjau masih rendah. Hal ini menunjukkan remaja memiliki pola gaya hidup hedonisme dalam perilaku konsumtif dengan presentase rata-rata sebesar 65%. Oleh karena itu peneliti menduga bahwa perilaku hedonisme remaja disebabkan oleh pemahaman dan kontrol diri yang rendah dan gaya hidup hedonisme yang tinggi.

Berdasarkan fenomena dan permasalahan yang dipaparkan di atas, sangat menarik untuk dilakukan penelitian dan kajian yang lebih mendalam untuk

mengetahui kontrol diri pada remaja. Untuk itu penelitian ini akan menganalisis apakah kontrol diri yang dapat mempengaruhi gaya hidup hedonisme.

Maka dari itu peneliti merasa tertarik untuk melakukan kajian lebih lanjut dengan tema gaya hidup hedonism dengan kontrol diri yang bersubjek pada remaja, untuk itu penelitian ini peneliti beri judul “ Hubungan kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme pada remaja dan implikasi layanan Bimbingan dan Konseling”.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan, maka ada beberapa permasalahan yang berkaitan antara kontrol diri dan gaya hidup hedonisme :

1. Adanya kecenderungan gaya hidup hedonism pada remaja yang selalu mengikuti standarisasi hidup modern.
2. Adanya kecenderungan gaya hidup hedonism pada remaja dengan ketersediaan sarana yang sangat mendukung
3. Kurangnya kontrol diri pada remaja sehingga hal ini menyebabkan remaja tidak bisa mengendalikan perilaku

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah-masalah diatas, maka peneliti hanya membatasi ruang lingkup permasalahan yang akan diteliti yaitu penelitian ini difokuskan pada kontrol diri dan gaya hidup hedonisme pada remaja

### **D. Rumusan Masalah**

Adapun perumusan masalah penelitian yang dilaksanakan yaitu “Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme pada remaja”.

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan maka yang menjadi tujuan dalam penelitian ini yaitu :

1. Mendeskripsikan tingkat gaya hidup hedonisme pada remaja
2. Mendeskripsikan tingkat kontrol diri pada remaja
3. Menganalisis secara signifikan hubungan kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme pada remaja

### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### 1. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat bermanfaat serta menambah wawasan dan ilmu pengetahuan baru khususnya sebagai bahan masukan empiris untuk menambah informasi dalam kajian Bimbingan dan Konseling yang untuk memahami bagaimana pengaruh kontrol diri dengan gaya hidup pada remaja.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Remaja

Untuk membantu remaja dalam memandu diri berkaitan dengan kontrol diri yang timbul dan mempertajam kembali diri remaja untuk meningkatkan kapasitas diri.

b. Bagi Dosen

Memberikan informasi kepada dosen mengenai gaya hidup hedonisme yang berkaitan dengan kontrol diri remaja, maka untuk itu selalu mengingatkan mahasiswa akan posisi dirinya sebagai pelajar yang benar.

c. Bagi peneliti

Dari hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman dan sarana dalam belajar dalam pengembangan penelitian yang lebih lanjut, serta memperluas wawasan dan menambah kreatifitas berfikir dalam penulisan karya ilmiah.