

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Di era globalisasi saat ini, perkembangan yang pesat terjadi dalam bidang ekonomi, sosial, dan teknologi. Hal ini juga mendorong berubahnya gaya hidup atau perilaku yang dimiliki oleh setiap individu. Gaya hidup adalah pola perilaku yang dilakukan oleh setiap individu dalam kehidupannya sehari-hari (Julius & Rumpak, 2000). Gaya hidup diartikan sebagai ekspresi yang menggambarkan keseluruhan individu dalam bentuk pola perilaku yang dilakukan. Gaya hidup seseorang dapat dilihat dari perilaku dan bagaimana orang tersebut memandang hidupnya. Menurut Nurvitria (2015) salah satu penyebab terbentuknya gaya hidup seseorang adalah karena adanya faktor lingkungan. Faktor lingkungan membuat seseorang memulai gaya hidup yang baru atau merubah gaya hidup yang sebelumnya sudah dilakukan. Hal ini membuat gaya hidup seseorang dapat berubah secara dinamis.

Perilaku gaya hidup yang sedang berkembang saat ini adalah Gaya hidup hedonisme, definisi hedonisme yang dijelaskan dalam *APA Dictionary of Psychology Second Edition* (2015) bahwa hedonisme adalah paham kesenangan yang hakiki dan merupakan tujuan yang diinginkan dari perilaku yang seseorang lakukan. Gaya hidup yang identik dengan perilaku boros, hura-hura, dan mengedepankan kesenangan sebagai tujuannya. Pada dasarnya setiap orang selalu mengharapkan kesenangan dalam hidupnya, bahkan sebagian orang beranggapan bahwa kesenangan adalah tujuan utama dari hidupnya. Hal ini senada dengan konsep *hedonic well being* dalam *APA Dictionary of Psychology Second Edition* (2015) bahwa hedonisme merupakan kebahagiaan atau kepuasan yang dimiliki ketika hal tidak menyenangkan berhasil dihindari. Hal ini yang membuat banyak orang terdorong untuk mewujudkan kesenangan tersebut, salah satunya dengan gaya hidup hedonisme.

Dikutip dalam Hamzah, dkk (2013) bahwa konsep dunia tanpa batas dan modernisasi meningkatkan budaya yang masuk dan membuat terbukanya pola pemikiran yang membantu penyebaran perilaku hedonistik pada generasi muda dalam gaya hidup yang mereka lakukan. Lebih lanjut, di era masyarakat yang modern saat ini mudahnya masyarakat mengakses informasi, menyebabkan perubahan sosial budaya di masyarakat terjadi begitu dinamis. Salah satu perubahannya yaitu dalam pola perilaku, masyarakat saat ini banyak yang mengikuti tren-tren yang sedang populer di kalangan masyarakat. Dikutip dalam Hamzah, dkk (2013) pada saat ini kalangan muda memiliki kecenderungan untuk mengikuti gaya hidup yang mewah dan materialistis. Gaya hidup tersebut diantaranya pergi ke *Mall* untuk berbelanja barang-barang mewah, kumpul-kumpul di *café* atau restoran, dan pergi ke tempat hiburan lainnya.

Selanjutnya menurut Peter & Olson (2010) gaya hidup hedonisme adalah pola perilaku yang dilihat dari kegiatan, minat, dan opini yang berorientasi pada kesenangan hidup. Seperti yang dijelaskan oleh (Hamzah, dkk., 2013) bahwa gaya hidup adalah kegiatan yang setiap hari dilakukan sesuai dengan minat pribadi individu yang melakukannya. Hal tersebut banyak dilakukan oleh para remaja yang masih duduk dibangku sekolah atau kuliah. Perilaku ini menuntut remaja untuk mencari kesenangan indrawi dan materi untuk dijadikan sebagai tujuan hidup dan ikut memengaruhi cara berpikir serta gaya hidup yang menjadi hedonis (Hamzah, dkk., 2013). Kemudian yang terjadi pada tingkatan mahasiswa, mereka sangat mudah dipengaruhi oleh pengaruh asing, hal ini disebabkan karena mereka mudah terbuka pada hal-hal yang baru (Ertina & Ibrahim, 2018). Karena tidak bisa dipungkiri bahwa gaya hidup hedonis memiliki daya tarik yang kuat bagi remaja.

Fenomena tersebut menggambarkan bahwa para remaja saat ini banyak yang memilih untuk hidup glamor, dan berkecukupan tanpa harus berusaha mandiri (Gushevinalti, 2010). Kondisi tersebut yang banyak terjadi pada lingkup kota metropolitan, tempat di mana mobilitas sosial terjadi. Lebih lanjut menurut WHO remaja merupakan individu yang berada pada batas usia 10-20 tahun. Dijelaskan juga oleh Santrock (2012) pada kalangan remaja seseorang akan lebih menyukai hal baru yang menantang bagi dirinya, hal ini dilakukan oleh remaja untuk mencapai kemandirian dan menemukan identitas dirinya. Salah satu hal yang

menantang tersebut adalah pemilihan tentang gaya hidup yang akan dilakukan. Gaya hidup hedonis sendiri memiliki ciri-ciri antara lain, aktivitas yang berorientasi pada kesenangan hidup, ingin menjadi pusat perhatian, sebagian besar aktivitas dilakukan diluar rumah, dan bersifat konsumtif (Harjanti, 2001). Fenomena ini banyak dijumpai pada perilaku remaja saat ini, mereka seringkali berkumpul bersama teman-temannya di *Mall*, *Café*, atau tempat hiburan lainnya. Selain itu, kesadaran remaja akan produk-produk terbaru dan barang bermerek membuat mereka cenderung mengikuti perkembangan tersebut (Anggraini & Santhoso, 2017).

Bagi sebagian orang gaya hidup menjadi penting karena menjadi identitas bagi orang itu sendiri. Gaya hidup hedonisme merupakan suatu *trend* yang sedang berkembang saat ini. Hal ini salah satunya ditunjukkan dengan perilaku orang-orang yang seringkali menunjukkan aktivitasnya di sosial media seperti membeli barang-barang mewah yang *branded* untuk mengedepankan penampilan, dan membangun citra diri yang eksklusif. Seperti yang dijelaskan oleh Hamzah, dkk (2014) bahwa perilaku hedonistik diidentifikasi dengan keterbukaan pada pengalaman yang menyenangkan dan cenderung untuk memenuhi keinginan pribadi. Fenomena ini banyak terjadi di kehidupan masyarakat di mana individu yang terlihat memiliki gambaran kehidupan sangat mewah, namun pada kehidupan nyatanya cenderung biasa saja.

Fenomena tersebut yang saat ini banyak terjadi dikalangan remaja, mayoritas dari mereka belum memiliki penghasilan mandiri dan mereka bergaya hidup glamor dari uang pemberian orang tuanya yang terkadang memiliki latar belakang sosial-ekonomi yang kurang. Bahkan tidak sedikit yang nekat melakukan aksi kejahatan untuk bisa memenuhi gaya hidupnya tersebut. Lebih lanjut menurut pengamat digital *lifestyle* Ben Soebiakto dalam (Kompasiana, 2020) menerangkan bahwa kalangan muda menggunakan media internet sebagai salah satu media untuk mencari tempat hiburan dan membeli perlengkapan hidup yang dibutuhkan. Selain itu ada faktor lain yang memengaruhi gaya hidup remaja saat ini, yaitu *influencer*.

Hadirnya para *influencer* tersebut yang kerap mempromosikan suatu barang atau menggunakannya dalam kehidupan sehari-hari, dan hal ini kerap kali mendorong remaja pada khususnya untuk ikut menggunakan hal yang sama atau

membeli barang tersebut. Selain itu, mengutip penjelasan Ayyi dalam (Lifepal, 2018) bahwa anak muda dengan ekonomi menengah di Kota Jakarta banyak menghabiskan uang mereka untuk memenuhi gaya hidup seperti nonton bioskop, *travelling*, nongkrong di *café*, internet, dan *shopping*. Bahkan, berdasarkan hasil wawancara dan riset yang dilakukan oleh salah satu *Startup* pengelola keuangan yaitu *MoneySmart* menunjukkan bahwa porsi gaya hidup yang dikeluarkan oleh anak muda menengah di Jakarta bisa mencapai 80 persen dari total penghasilan. Sementara, bagi yang belum berpenghasilan dan mengandalkan pemberian orang tua, mayoritas dari mereka mengalokasikan sebagian besar uang sakunya untuk memenuhi kebutuhan gaya hidupnya.

Gaya hidup hedonisme berpotensi dilakukan tanpa memandang status sosial-ekonomi seseorang. Bagi orang dengan kondisi ekonomi yang cukup, gaya hidup hedonisme tidak menimbulkan masalah. Sementara bagi orang dengan ekonomi yang kurang dapat menimbulkan masalah ekonomi, seperti berhutang dan ketidakmampuan mengelola keuangan pribadi. Dikutip dalam kompasiana (2020) terdapat tekanan yang diberikan oleh lingkungan pertemanan kepada individu untuk ikut membeli barang tertentu apabila orang di dalam kelompok lingkungannya tersebut menggunakan atau membeli barang yang sama. Oleh sebab itu perlu adanya kendali diri untuk tidak mengikuti arus gaya hidup yang sangat dinamis perkembangannya. Dikutip dalam Taquet, dkk (2016) yang menyatakan bahwa telah banyak dukungan terhadap prinsip hedonis yang menjelaskan ketika seseorang merasa tidak baik, maka orang tersebut akan berusaha untuk mengurangi emosi negatifnya dengan cara ikut terlibat dalam aktivitas yang dapat membuat mereka merasa lebih baik.

Gaya hidup dikatakan wajar apabila tidak mendominasi dan mengganggu hal lainnya seperti akademik dan pekerjaan. Pada kenyataannya gaya hidup menjadi pola perilaku yang di kedepankan oleh beberapa orang dalam menunjang aktivitas sehari-hari seperti pendidikan dan pekerjaan. Hal ini didukung oleh hasil dari penelitian Lukitasari & Muis (2015) yang menjelaskan bahwa gaya hidup hedonistik merupakan keinginan yang kuat untuk mengutamakan kesenangan di atas segala kebutuhan yang mengarah pada perilaku konsumtif secara berlebihan. Fenomena tersebut yang saat ini terjadi pada remaja, perilaku remaja yang hedonis

menganggap bahwa kesenangan adalah tujuan utamanya. Lebih lanjut hal ini ditunjukkan pada hasil penelitian Syafaati (2008) pada mahasiswa Sosiologi FISIP Universitas Lampung yang menunjukkan bahwa terdapat kecenderungan mahasiswa yang melakukan aktivitas dugem untuk mendapatkan kesenangan duniawi. Gaya hidup hedonis dapat memberikan efek negatif apabila berkembang sampai pada tahap yang berat, yang digambarkan seperti hidup yang gemar hura-hura, hanya mencari kesenangan, dan tidak bekerja keras.

Berdasarkan fenomena gaya hidup hedonisme tersebut yang berorientasi pada kesenangan, hal ini juga berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan individu untuk mendapatkan kepuasan hidup. Lantas seperti apa atau bagaimana gaya hidup hedonisme tersebut dapat memberikan dampak kepada setiap individu khususnya dalam hal kepuasan hidup. Kepuasan Hidup adalah suatu keadaan di mana kondisi yang menyenangkan muncul ketika kebutuhan dan harapan dapat terpenuhi (Sholeh, 2017). Dikutip dari Haybron (2007) Kepuasan hidup memiliki peran penting terhadap kesejahteraan manusia. Sehingga, kepuasan hidup secara umum dianggap sebagai aspek utama dari kesejahteraan manusia atau setidaknya berhubungan khusus dengan hal tersebut (Haybron, 2007). Kepuasan hidup merupakan aspek evaluasi kognitif (pikiran) dari *Subjective Well-being (SWB)* yang dapat diperoleh dari apa yang telah dilalui oleh setiap individu dalam hidupnya. Gaya hidup hedonistik yang berorientasi pada kesenangan dan kenikmatan, berhubungan erat dengan kebahagiaan yang juga berorientasi pada kebutuhan seseorang untuk mendapatkan kepuasan (Sholeh, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sholeh (2017) pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia yang berada pada level ekonomi menengah dan atas yang memiliki gaya hidup hedonis, hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara gaya hidup hedonisme dengan kepuasan hidup. Semakin tinggi tingkat gaya hidup hedonisme yang dilakukan maka akan semakin menunjukkan kepuasan hidup yang dimiliki, namun sebaliknya semakin rendah gaya hidup hedonisme yang dilakukan maka akan semakin rendah pula kepuasan hidup yang dimiliki. Hal tersebut menggambarkan bahwa kepuasan hidup akan dimiliki apabila diikuti dengan proses yang sesuai dengan harapan. Penilaian

tentang kepuasan hidup terkadang dipengaruhi oleh informasi dan peristiwa yang dialami oleh setiap individu (Schimmack, dkk., 2009).

Lebih lanjut menurut Schimmack, dkk (2009) terdapat dua teori yang menjelaskan mengenai kepuasan hidup, yaitu teori bawah-atas dan teori atas-bawah. Dalam teori bawah-atas dijelaskan bahwa kepuasan hidup adalah sebuah evaluasi aspek-aspek pada kehidupan seseorang, contohnya kepuasan individu tentang hubungan sosial yang baik, memiliki cukup materi, dan pekerjaan yang baik. Sementara itu teori atas-bawah menjelaskan bahwa kepuasan hidup lebih banyak dipengaruhi oleh kepribadian seseorang, sebagai contoh seseorang yang memiliki sifat neurotik lebih cenderung tidak mendapatkan kepuasan dengan hubungan sosial, pekerjaan, dan materi yang dimiliki (Scimmack, dkk., 2009). Oleh sebab itu kepuasan hidup dapat diperoleh dari proses yang panjang dan secara keseluruhan atas apa yang telah dilalui oleh individu. Sebuah keinginan meraih kesenangan yang dapat menghasilkan kepuasan sebanyak mungkin merupakan tujuan dari setiap individu dalam kehidupannya yang dianggap sebagai rencana hidup ideal oleh banyak orang (Suikkanen, 2011).

Menurut Sousa & Lyubomirskiy (2001), kepuasan hidup adalah penilaian subyektif kualitas hidup seseorang. Selain itu, kepuasan hidup juga erat kaitannya dengan kesehatan dan panjang umur. Dengan memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi maka individu tersebut akan lebih sehat secara fisik dan tidak memiliki gangguan kesehatan (Siahpush, dkk., 2008). Kemudian dalam penelitian lain yang dijelaskan oleh (Veenhoeven, 2003) bahwa kebahagiaan yang identik dengan kepuasan hidup memiliki hubungan positif dengan gaya hidup hedonisme seseorang, yaitu dalam hal perilaku seksual dan pemberian stimulus lainnya. Kepuasan hidup timbul karena gaya hidup hedonisme memberikan rasa senang dan membuat individu menikmati apa yang dilakukannya. Seperti yang diungkapkan oleh Feldman (2008) bahwa menjadi bahagia berarti merasa puas dengan kehidupan yang dimiliki secara keseluruhan.

Kepuasan hidup identik dengan gambaran keseimbangan antara keinginan individu dan keadaan individu saat ini (Nemati & Maralani, 2016). Oleh sebab itu kepuasan hidup dapat dilihat dari jarak antara tingkat ketercapaian keinginan individu dan keadaan sebenarnya yang sedang terjadi. Dikutip dalam Veenhoeven

(2003) bahwa gaya hidup hedonistik hanya memberikan dampak kebahagiaan dalam jangka waktu yang singkat, namun tidak bertahan lama atau jangka panjang. Hal ini disebabkan karena hedonisme tidak memberikan kepuasan hidup yang relatif panjang secara keseluruhan kepada orang yang merasakannya. Lebih lanjut dijelaskan bahwa pada umumnya, sebagian individu menganut perilaku hedonis dan berusaha untuk memaksimalkan pengalaman yang menyenangkan sebagai sumber kebahagiaan (Diener & Fujita, 2005).

Berdasarkan penjelasan tersebut, bahwa gaya hidup hedonisme yang dilakukan dapat memberikan dampak pada kepuasan hidup seseorang dengan melihat aspek-aspek pada kehidupan seseorang. Setiap individu perlu merasa puas dengan kehidupan nyata yang telah dijalani, percaya secara memadai dengan kehidupan ideal yang ingin dicapai individu tersebut (Feldman, 2008). Hal ini didukung oleh beberapa penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang positif antara gaya hidup hedonisme dengan kepuasan hidup. Namun selain itu terdapat aspek kebudayaan yang dapat memberikan pengaruh pada kepuasan hidup seseorang diantaranya norma, nilai, dan tradisi (Maulana, dkk 2018). Kepuasan hidup dapat menjadi alasan untuk seseorang melakukan hal yang diinginkannya. Hal ini disebabkan karena kepuasan hidup menjadi titik akhir dari segala proses yang telah dilalui oleh setiap individu.

Pada penelitian ini peneliti akan mencari keterkaitan antara Gaya hidup hedonisme dengan Kepuasan hidup. Hubungan antara Gaya hidup hedonisme dengan kepuasan hidup akan menunjukkan bagaimana bentuk keterkaitan antara Gaya hidup hedonisme dengan Kepuasan hidup pada remaja. Kemudian dalam penelitian ini ingin diketahui mengenai faktor apa yang paling dominan yang membuat seseorang menjadi hedonis. Penelitian ini dilakukan karena mayoritas remaja saat ini banyak yang melakukan gaya hidup hedonisme tanpa melihat status sosial dan ekonominya. Mayoritas dari mereka memperlihatkan gaya hidupnya tersebut secara terbuka melalui sosial media yang mereka miliki untuk mendapatkan perhatian dari orang lain. Oleh karena itu, apakah gaya hidup yang dilakukan tersebut memiliki hubungan langsung terhadap kepuasan hidup khususnya pada remaja di usia 17-20 tahun. Dengan dilakukannya penelitian ini

diharapkan diketahui hubungan antara gaya hidup hedonisme dengan kepuasan hidup pada remaja.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penulis memberikan identifikasi masalah yang akan dijadikan fokus penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran perilaku Gaya hidup hedonisme pada remaja?
2. Bagaimana gambaran Kepuasan hidup pada remaja?

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang sudah diuraikan diatas, maka peneliti memberikan pembatasan masalah, sebagai berikut:

1. Gaya hidup hedonisme pada remaja
2. Hubungan Gaya hidup hedonisme dengan Kepuasan hidup

1.4. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara Gaya hidup hedonisme dengan Kepuasan hidup pada remaja?

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan melihat intensitas hubungan perilaku Gaya hidup hedonisme dengan Kepuasan hidup pada remaja.

1.6. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari adanya penelitian pengaruh gaya hidup hedonisme terhadap kepuasan hidup pada remaja adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan pemikiran dan sumber literasi bagi perkembangan pada ilmu Psikologi sosial dan Psikologi pada umumnya. Selain itu hasil penelitian ini bisa menjadi bahan rujukan atau pembanding untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pemilihan gaya hidup yang akan dilakukan khususnya pada remaja yang sedang dalam masa pencarian jati diri. Kemudian hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai sumber edukasi tentang penjelasan gaya hidup hedonisme beserta pengaruhnya kepada masyarakat luas.

