

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I

### LATAR BELAKANG

#### A. Latar Belakang Masalah

Gaya hidup merupakan pola sehari-hari individu yang dinyatakan dalam bentuk aktifitas, minat dan opini (Syafaati, 2008). Aktivitas merupakan cara bagaimana individu menggunakan waktunya. Minat merupakan hal menarik dari lingkungannya yang dapat membuat seseorang memperhatikan baik secara sadar maupun tidak sadar. Opini merupakan hal-hal yang dipikirkan individu tentang diri dan lingkungannya. Gaya hidup adalah cara yang unik dari setiap orang dalam berjuang mencapai tujuan khusus yang telah ditentukan orang itu dalam kehidupan tertentu dimana ia berada (Alwisol, 2011).

Gaya hidup dinyatakan wajar apabila keberlangsungannya tidak mendominasi dan mengesampingkan kepentingan yang lain, seperti akademik ataupun pekerjaan. Pada realitanya di kota besar banyak orang yang justru mengutamakan gaya hidup mengejar kesenangan materi dan berfoya-foya dari pada harus memikirkan tanggung jawab. Mereka cenderung mengejar kesenangan dengan berbagai upaya dan menjadikan kenikmatan materi sebagai tujuan utama yang justru akan menimbulkan masalah yang secara tidak langsung mereka sadari. Kecenderungan gaya hidup tersebut dikenal dengan istilah gaya hidup hedonis atau mengejar kesenangan yang bersifat materi dan kesenangan indera.

Gaya hidup hedonis adalah cara hidup yang menganggap bahwa kesenangan dan kenikmatan materi adalah tujuan utama hidup. Bagi para



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

penganut gaya hidup ini, bersenang-senang, pesta-pora, dan pelesiran merupakan tujuan utama hidup, entah itu menyenangkan bagi orang lain atau tidak, karena mereka beranggapan hidup ini hanya sekali, sehingga mereka merasa ingin menikmati hidup senikmat-nikmatnya. Di dalam lingkungan penganut gaya hidup ini, hidup dijalani dengan sebebaskan-bebasnya yaitu tanpa batasan yang mengganggu sehingga leluasa mengejar kesenangan dan kenikmatan demi memenuhi hawa nafsu (Praja, 2005).

Gaya hidup hedonis menganggap bahwa kesenangan dan kepuasan pribadi sebagai tujuan utama dan menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan dan mendatangkan kesengsaran. Sebagai orang Islam yang berpedoman pada Al-Qur'an dan Hadits. Allah berfirman dalam surat Al-Isra' ayat 27 yang artinya berbunyi *"Dan sesungguhnya orang-orang yang melakukan tabddzir adalah saudara-saudaranya syaithan"* dengan demikian jelaslah bahwa yang membelanjakan harta dijalan selain yang haq atau selain yang Allah perbolehkan, dan hanya mengikuti keinginan hawa nafsu merupakan saudara-saudara syaitan, hal ini juga bertentangan dengan riwayat Nabi Muhammad SAW dalam sebuah Hadits yang dirawayatkan oleh Abu Daud yang berbunyi *"makanlah, minumlah, pakailah, dan bershodaqohlah jangan kamu berlebih-lebihan atau boros dan janganlah untuk bermegah-megahan"*. Hadits tersebut menjelaskan bahwa Islam mengajarkan untuk melaksanakan sesuatu secukupnya dan tidak berlebih-lebihan.

Gaya hidup hedonis memiliki tujuan menghindari kesengsaraan dan menikmati kebahagiaan sebanyak mungkin dalam kehidupan di dunia. Gaya hidup hedonis saat ini merebak pada semua lapisan generasi tanpa pandang bulu,



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terutama dalam hal ini banyak ditemukan pada remaja. Gaya hidup hedonis antara lain lebih banyak bermain, senang pada keramaian kota, senang membeli barang mahal yang disukai serta selalu ingin menjadi pusat perhatian. Gaya hidup hedonis yang terjadi pada kalangan remaja saat ini merupakan salah satu cerminan bahwa remaja merupakan generasi yang berpotensi besar menerima pengaruh tersebut, karena pada dasarnya mereka berada dalam tahapan pencarian identitas diri yang sebenarnya (Lukitasari, 2013).

Pencarian identitas remaja berkembang seiring dengan bertambahnya berbagai pengalaman dan pengetahuan yang didapatnya. Para remaja diharapkan mampu membuat pilihan yang tepat tentang berbagai pilihan yang menyangkut pilihan dirinya untuk menemukan jati dirinya. Menurut Hall (dalam Santrock, 2006) masa remaja merupakan masa yang berkisar antara 12 hingga 23 tahun yang diwarnai oleh pergolakan, yang dipenuhi oleh konflik dan perubahan suasana hati.

Permasalahan ini, dikarenakan semakin derasnya arus informasi dan teknologi yang diserap secara “apa adanya” tanpa memilah-milah mana yang pantas dan tidak pantas untuk dilakukan menyebabkan remaja terjebak dalam gaya hidup hedonis. Seringkali terlihat remaja berfoya-foya dan *nongkrong* di kafe, mall dan plaza. Ini merupakan bagian dari agenda hidup mereka. Selain itu pula berita pada televisi dan koran-koran bahwa sudah cukup banyak remaja yang menganut paham hidup *free sex* dan tidak peduli lagi pada orang-orang sekitar. Hamil di luar nikah bukan jadi ‘aib lagi, malah sudah dianggap model karena para model mereka juga banyak yang begitu seperti digossipkan oleh media elektronik (TV) dan media (Praja, 2005).



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
 Sateislamic University of Sitala Syaif Kasim Riau

Pekanbaru sebagai kota besar tidak luput dari perkembangan gaya hidup hedonis ini. Realitasnya begitu pula yang terjadi pada kalangan mahasiswa di Kota Pekanbaru yang memiliki kecenderungan gaya hidup hedonis. Mahasiswa sebagai remaja yang tergolong ke dalam remaja akhir merupakan remaja yang mulai memahami arah hidupnya dan menyadari tujuan hidupnya yang seharusnya memiliki kontrol diri yang baik dalam mencegah terjadinya gaya hidup hedonis. Namun, faktanya tidak jarang gaya hidup hedonis justru banyak terjadi pada kalangan mahasiswa yang disebabkan karena ketidakmampuan dalam mengontrol dirinya (Lukitasari, 2013).

Kecenderungan gaya hidup mahasiswa terlihat dan cenderung memiliki gaya hidup yang bermewah-mewah ini, dan terkadang ditemukan kebiasaan mereka yang lebih memilih “nongkrong” di tempat-tempat hiburan malam seperti di cafe-cafe, selain itu juga terlihat dari cara berpakaian, sikap hidup, serta perilaku konsumtif pada mereka. Timbulnya gaya hidup hedonis tersebut dikarenakan pada ketidakmampuan mahasiswa dalam mengontrol diri.

Kemampuan mengontrol diri sangat diperlukan untuk mengurangi kemungkinan terjebak atau terlibat pada perbuatan-perbuatan yang menyimpang, termasuk pada kalangan mahasiswa. Mahasiswa sebagai remaja akhir seharusnya telah mampu dalam menahan diri untuk berperilaku benar berdasarkan hati dan pikiran. Mahasiswa akan memiliki kemampuan untuk mulai memahami arah hidup dan menyadari tujuannya sehingga dapat mengontrol dirinya, namun jika mahasiswa tidak memiliki kemampuan untuk mengontrol arah hidup dan





menyadari tujuan hidupnya maka akan berdampak tidak terkontrolnya perilakunya.

Kontrol diri menurut Goldfried dan Merbaum (dalam Fatimah, 2013) adalah suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. Gailliot dan Baumeister (2007) menyebutkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan impuls dan tanggapan, dan merupakan pengaturan diri secara sadar. Lazarus (dalam Fatimah, 2013) berpendapat bahwa kontrol diri adalah kemampuan untuk mengontrol tindakan atas impuls atau desakan yang mungkin berbahaya atau menghasilkan hukuman karena impuls tersebut bertentangan dengan norma atau standar masyarakat dimana ia tinggal.

Berdasarkan apa yang telah dipaparkan di atas, kecenderungan gaya hidup hedonis diakibatkan karena sulitnya dalam mengontrol hidupnya yang tidak lagi mampu untuk mengarahkan tingkah lakunya sendiri yang pada akhirnya akan berakibat pada tekanan dan dorongan yang menyebabkan adanya pandangan hidup yang menganggap bahwa kesenangan dan kenikmatan materi adalah tujuan utama hidup. Kondisi tersebut akan berdampak buruk jika terus terjadi pada kalangan mahasiswa. Kebiasaan mahasiswa yang cenderung hedonis tersebut, pada akhirnya menggampangkan proses perkuliahan.

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti kontrol diri pada mahasiswa yang memiliki kecenderungan gaya hidup hedonis. Untuk mewujudkan keinginan tersebut, maka peneliti akan melakukan



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penelitian yang berjudul **“Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Gaya Hidup Hedonis Mahasiswa”**

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya maka penulis dapat merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu Apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan gaya hidup hedonis pada mahasiswa di Pekanbaru?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan gaya hidup hedonis pada mahasiswa Pekanbaru.

### **D. Keaslian Penelitian**

Penelitian yang berkaitan hubungan kontrol diri dengan gaya hidup hedonis belum banyak dilakukan. Diantara para peneliti yang melakukan penelitian yang memiliki kemiripan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan antara lain:

Kresdianto (2014), dengan judul penelitian tentang hubungan gaya hidup hedonis dengan perilaku konsumtif fashion pakaian pada mahasiswa Fakultas Psikologi Malik Malang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara gaya hidup hedonis dengan perilaku konsumtif yang berarti semakin tinggi gaya hidup hedonisnya maka semakin tinggi pula perilaku konsumtifnya, sebaliknya jika gaya hidup hendonisnya rendah makan perilaku



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

konsumtifnya pun juga rendah. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Kresdianto adalah sama-sama meneliti gaya hidup hedonis, dan perbedaannya terletak pada posisi variabel variabel bebasnya, pada penelitian Kresdianto variabel variabel bebasnya adalah gaya hidup hedonis, sementara penulis adalah kontrol diri dan memposisikan gaya hidup sebagai variabel terikat.

Fatimah (2013), dengan judul penelitian tentang hubungan antara kontrol diri dengan kecendrungan gaya hidup hedonis pada mahasiswa di Surakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi se-Surakarta. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *stratified random sampling* dengan jumlah subjek sebanyak 140 orang yang berusia 17-21 tahun. Berdasarkan hasil perhitungan teknik analisis *product moment* dari Pearson diperoleh bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan gaya hidup hedonis. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan Fatimah adalah sama-sama menjadikan kontrol diri sebagai variabel independen dan kecendrungan gaya hidup hedonis sebagai variabel dependen. Perbedaannya terletak pada lokasi penelitian, selain subjek penelitian Fatimah fokus pada perempuan sementara penulis mengambil keseluruhan antara perempuan dan laki-laki

Bakhti (2015) dengan judul penelitian Hubungan antara Gaya Hidup Hedonis dengan Perilaku *Brand Minded* pada Siswa Kelas XI SMU Negeri 1 Banyuasin III. Metode penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif, metode analisis data dengan menggunakan teknik regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan antara gaya hidup hedonis dengan perilaku



*brand minded*. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama-sama meneliti gaya hidup hedonis, dan perbedaannya terletak pada posisi variabel bebasnya dan variabel terikatnya, pada penelitian Dili Husada variabel gaya hidup hedonis sebagai variabel bebas sedangkan penelitian ini menjadikan variabel gaya hidup hedonis sebagai variabel terikat

### E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

#### 1. Manfaat Secara Teoretis

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat memperkaya pengetahuan terutama yang berkaitan dengan hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan gaya hidup hedonis.

#### 2. Manfaat Secara Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi menjadi sumber informasi dan masukan bagi mahasiswa yang masih memiliki gaya hidup hedonis, dan menjadi acuan tentang pentingnya melakukan kontrol diri agar terhindar dari gaya hidup hedonis.