

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Gaya Hidup Hedonis**

##### **1. Pengertian Gaya Hidup Hedonis**

Hedonisme dikembangkan oleh dua orang filosof Yunani, Epicurus (341-270 SM) dan Aristippus of Cyrine (435-366 SM). Mereka berdualah yang dikenal sebagai perintis paham Hedonisme. Sebenarnya, dua filosof ini menganut aliran yang berbeda. Bila Aristippus lebih menekankan kepada kesenangan badani atau jasad seperti makan, minum, seksualitas, maka Epicurus lebih menekankan kepada kesenangan rohani seperti bebas dari rasa takut, bahagia, tenang batin, dan lain sebagainya. Namun, kedua-duanya berpendapat sama yaitu kesenangan yang diraih adalah kesenangan yang bersifat privat atau pribadi (Mila, 2013).

Hirschman dan Halbrook (dalam Utami, 2008) menyatakan bahwa hedonis merupakan kecenderungan konsumen terhadap budaya konsumtif yang menggunakan produk untuk memperoleh kesenangan-kesenangan duniawi atau pola hidup *glamour* yang berorientasi pada materi.

Mila (2013) mengatakan bahwa hedonisme adalah pola hidup individu yang menganggap bahwa kenikmatan materi sebagai tujuan utama untuk mencari kesenangan. Karakteristik hedonisme adalah kebendaan yang di ukur dengan harta yang dinilai dengan uang, dengan uang tersebut individu dapat mencari kesenangan. Bagi para penganut paham ini, bersenang-senang, pesta-pora merupakan tujuan utama hidup, entah itu menyenangkan bagi orang lain atau

tidak. Individu yang menganut budaya hedonisme, uang adalah segala-segalanya dan kesenangan yang dicari berlandaskan materi. Individu yang hedonisme cenderung konsumtif.

Orangtua memegang peranan terbesar dalam pembentukan sikap dan perilaku individu, karena pola asuh orangtua akan membentuk kebiasaan anak yang secara tidak langsung mempengaruhi pola hidupnya. Baldwin (dalam Setiono, 2011) mengatakan individu yang tinggal bersama orangtua mereka akan lebih terkontrol oleh orangtua dengan baik. Beda dengan individu yang jauh dari orangtua, mereka tidak mempunyai aturan, tuntutan dan norma-norma yang dibuat oleh orangtua. Baldwin mengatakan bahwa kontrol orangtua menekankan adanya pembatasan-pembatasan kepada anak, dalam arti orangtua membuat tuntutan, norma-norma yang sesuai dengan usia anak yang mana pada saat itu anak membutuhkan aturan, tuntunan, dan pembatasan untuk perkembangan yang optimal.

Kunto (dalam Putri, 2009), mengatakan bahwa hedonisme dalam bahasa Yunani, adalah hedone, berarti kenikmatan, kegembiraan, adalah gaya hidup yang menjadikan kenikmatan atau kebahagiaan sebagai tujuan. Orientasi hidup selalu diarahkan pada kenikmatan dengan sepadat-padatnyanya menghindari perasaan-perasaan yang tidak enak atau menyakitkan. Lebih lanjut menurut Levan`s & Linda (dalam Rianton, 2013) mengatakan bahwa gaya hidup hedonis adalah pola perilaku yang dapat diketahui dari aktifitas, minat maupun pendapat yang selalu menekankan pada kesenangan hidup.

Aktivitas yang dimaksud adalah cara individu menggunakan waktunya yang berwujud tindakan nyata yang dapat dilihat. Mahasiswa yang hedonis selalu mengarahkan aktivitasnya dengan lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah, seperti pergi ke pusat perbelanjaan. Minat diartikan sebagai kegiatan yang menarik dan menjadi perhatian terhadap suatu objek, peristiwa yang ada di suatu lingkungan individu tersebut. Seperti mahasiswa yang hedonis selalu menekankan minatnya dalam hal fashion. Opini adalah pandangan individu mengenai dirinya sendiri dan dunia sekitarnya. Seperti mahasiswa yang hedonis berpendapat bahwa dengan mengikuti tren akan membuat mereka terlihat modern.

Kesenangan hidup akan didapat apabila semua dari aktivitas, minat maupun pendapat sudah mereka dapatkan atau sudah terealisasi dengan sempurna sesuai yang diharapkan dalam diri mereka.

Lebih lanjut pendapat yang diungkapkan Susianto (dalam Herlyana, 2012), bahwa orang yang menganut gaya hidup hedonis adalah individu yang mengarahkan aktivitasnya untuk mencapai kenikmatan hidup. Sebagian besar perhatiannya ditujukan pada lingkungan di luar rumah, merasa mudah mendapatkan teman, tapi cenderung masih memilih-milih dalam berteman, ingin menjadi pusat perhatian, untuk itu mereka tidak segan-segan membeli barang-barang yang mahal.

Sujanto (dalam Masmuadi, 2007) menjelaskan bahwa gaya hidup hedonis yang berorientasi pada kesenangan umumnya banyak ditemukan di kalangan remaja khususnya mahasiswa. Hal ini karena mahasiswa mulai mencari identitas

diri melalui penggunaan simbol status seperti mobil, pakaian, dan pemilikan barang-barang, lain yang mudah terlihat.

Menurut Salam (dalam Susanti, 2013) *hedonisme* berarti kesenangan (*pleasure*). Prinsip aliran tersebut menganggap bahwa sesuatu dianggap baik jika sesuai dengan kesenangan yang didapatkannya, sebaliknya sesuatu yang mendatangkan kesusahan, penderitaan atau tidak menyenangkan dinilai tidak baik. Individu yang menganut aliran hedonis menganggap atau menjadikan kesenangan sebagai tujuan hidupnya.

Ariani (2010) individu yang memiliki gaya hidup hedonis biasanya memiliki keterlibatan yang tinggi dengan orang lain, lebih menyukai kegiatan yang sifatnya menyenangkan daripada kegiatan sosial, tidak terlalu serius dan senang keramaian dan ciri kelompok ini adalah mengarahkan aktivitas untuk mencapai kenikmatan hidup, sebagian besar perhatiannya ditujukan keluar rumah, orientasinya eksternal, merasa mudah berteman walau memilih-milih, ingin menjadi pusat perhatian, waktu luang hanya untuk bermain, kebanyakan anggota kelompok tersebut adalah orang berada.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa gaya hidup hedonis adalah perilaku individu yang mengutamakan kesenangan dan kenikmatan sebagai tujuan utama dalam hidupnya. Pola perilakunya dapat diketahui dari aktivitas, minat maupun pendapat yang selalu menekankan pada kesenangan hidup. Individu yang hedonis perilakunya cenderung konsumtif.

## **2. Karakteristik Gaya Hidup Hedonis**

Swastha (dalam Putri, 2009) mengatakan bahwa karakteristik dari individu yang memiliki gaya hidup hedonis adalah:

- a. Suka mencari perhatian
- b. Cenderung impulsif
- c. Cenderung follower (ikut-ikutan)
- d. Kurang rasional
- e. Mudah dipengaruhi

Sementara menurut Susanto (dalam Martha, 2010) menyatakan bahwa atribut kecenderungan gaya hidup hedonis meliputi lebih senang mengisi waktu luang di mal, kafe dan restoran-restoran makanan siap saji (*fast food*), serta memiliki sejumlah barang-barang dengan merek prestisius.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa karakteristik gaya hidup hedonis dapat dilihat dari berbagai atribut gaya hidup hedonis yaitu suka mencari perhatian, cenderung impulsif, kurang rasional, cenderung ikut-ikutan, mudah dipengaruhi, senang mengisi waktu luang di tempat santai seperti cafe, mall, dan tempat hiburan lainnya.

## **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Gaya Hidup Hedonis**

Syafaati (2008), mengatakan faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup hedonis ada dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

- a. Faktor internal yaitu faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu.

Faktor-faktor tersebut meliputi mudah terpengaruh, dan mengalami emosi negatif.

b. Faktor eksternal yaitu faktor-faktor yang berasal dari luar diri individu.

Faktor-faktor tersebut meliputi adanya pengaruh teman atau pacar, perhatian yang kurang dari orangtua, memiliki kemampuan finansial dan fasilitas penunjang.

Sebagai remaja yang masih dalam masa bergejolak, sebenarnya memiliki emosi yang negatif adalah wajar. Pengalaman emosi negatif ini memberikan kesempatan pada remaja untuk memiliki kemampuan mengelola emosinya secara positif sehingga menjadi bekal ketika menghadapi permasalahan lain ketika dewasa. Orangtua idealnya mendampingi remaja, mengarahkan penyaluran emosi negatif ini secara tepat. Remaja yang kurang mendapatkan perhatian dari orangtua, maka akan mencari penyaluran emosi negatif ini melalui cara-cara yang mereka dapatkan dari lingkungan termasuk teman.

Waruan (dalam Syafaati, 2008) menyatakan bahwa orangtua yang terlalu sibuk bekerja untuk mencukupi kebutuhan keluarga seringkali lalai dalam memperhatikan putra-putrinya. Untuk menutupi kesalahannya, orangtua memberikan semua keinginan anaknya dalam bentuk materi dan kebebasan namun kurang disertai dengan pengawasan.

Perdana (dalam Syafaati, 2008) juga menyatakan mayoritas pelaku hedonis adalah para generasi muda yang memiliki status sosio-ekonomi yang cukup baik. Ini terlihat dari kebutuhan-kebutuhan material (finansial) yang menopang aktivitas individu yang hedonis yang jelas membutuhkan dana ekstra. Mulai dari pemilihan pakaian yang bermerek, properti, dan kendaraan, dengan fasilitas dukungan finansial dari orangtua yang mencukupi namun kurang disertai dengan perhatian

secara psikologis, mengakibatkan remaja mencari sumber kedekatan psikologis lain dari komunitas yang dimilikinya.

Remaja yang tergolong mahasiswa dalam kesehariannya, menurut Harlock (2001), lebih sering menghabiskan waktu dengan teman-teman atau kelompoknya. Oleh karena itu, tidak bisa dipungkiri jika pengaruh teman begitu kuat terlebih lagi jika teman tersebut merupakan teman dekat atau pacar, mereka cenderung akan mengikutinya.

#### **4. Mahasiswa**

Salim dan Salim (dalam Spica, 2008) mendefinisikan mahasiswa adalah orang yang terdaftar dan menjalani pendidikan pada perguruan tinggi. Definisi mahasiswa menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (1998) adalah orang yang belajar di perguruan tinggi. Menurut Prihartati (dalam Spica, 2008) mahasiswa adalah suatu kelompok individu di perguruan tinggi yang sedang mengalami proses belajar untuk mempersiapkan diri menjadi intelektual muda. Mahasiswa pada umumnya berusia di atas tujuh belas tahun, dikategorikan dalam usia dewasa. Orang dewasa adalah individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya. Dewasa yang terdapat pada mahasiswa ini adalah dewasa awal atau dewasa dini. Hurlock (1998), mengatakan masa dewasa dini dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira 40 tahun, saat perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif. Selanjutnya Kenniston (dalam Yusuf, 2011) mengemukakan dua kriteria penting

untuk menunjukkan permulaan dari dewasa awal, yaitu kemandirian ekonomi dan kemandirian dalam membuat keputusan.

Lebih lanjut Hurlock (1998) menjelaskan masa dewasa dini merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Sebagai orang dewasa, mereka diharapkan mengadakan penyesuaian diri secara mandiri. Dapat dikatakan bahwa masa dewasa dini merupakan periode yang paling banyak menghadapi perubahan.

Papalia (2008), mengatakan Biasanya masa dewasa awal merupakan waktu perubahan dramatis dalam relasi personal ketika orang-orang membentuk, menegosiasikan kembali, atau mempererat ikatan yang didasarkan pada pertemanan, cinta, dan seksualitas. Ketika orang dewasa awal memasuki dunia kuliah atau kerja, ketika mereka mengambil tanggung jawab terhadap diri mereka sendiri mereka harus menyelesaikan negosiasi akan otonomi pada masa remaja.

Lebih lanjut Hartup dan Steven (dalam Papalia, 2008) mengatakan pertemanan pada masa dewasa awal cenderung berpusat pada pekerjaan dan aktivitas parenting serta berbagi kepercayaan diri dan masukan. Pertemanan memiliki kualitas dan karakter yang beragam. Seorang dewasa awal yang masih melajang amat bergantung kepada pertemanan untuk memenuhi kebutuhan sosial mereka dibandingkan orang dewasa awal yang telah menikah atau yang telah menjadi orang tua.

Erikson (dalam Yusuf, 2011) menekankan fase usia dewasa awal merupakan kebutuhan untuk membuat komitmen dengan menciptakan suatu hubungan interpersonal yang erat dan stabil. Selanjutnya Hurlock (dalam Yusuf,



2011) mengemukakan ciri-ciri umum perkembangan fase usia dewasa awal sebagai (a) Masa pengaturan (b) Usia reproduktif (c) Masa bermasalah (d) Masa perkembangan emosional (e) Masa keterasingan sosial (f) Masa komitmen (g) Masa ketergantungan (h) Masa perubahan nilai (i) Masa penyesuaian diri Masa kreatif .

Berdasarkan penjelasan di atas tentang fase dewasa awal, dikaitkan dengan usia mahasiswa yang sedang berada pada fase ini, menunjukkan bahwa peran, tugas, dan tanggung jawab mahasiswa tidak hanya dihadapkan pencapaian keberhasilan secara akademik, melainkan mampu menunjukkan perilaku dan peribadi untuk mengeksplorasi berbagai gaya hidup dan nilai-nilai, mulai tertantang secara intelektual, serta mulai menikmati kemandirian. Dengan kata lain, usia mahasiswa sebagai fase usia dewasa awal merupakan masa penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial yang baru sebagai orang dewasa.

Mahasiswa yang digolongkan dewasa awal menemukan adanya pergaulan masyarakat kota besar yang mengarah pada pemenuhan kebutuhan hidup. Fenomena tersebut sangat erat kaitannya dengan lingkungan kampus, menemukan bahwa terdapat keanekaragaman sosial dan budaya untuk bersosialisasi dan mampu beradaptasi agar dapat menyesuaikan diri di lingkungannya. Keadaan tersebut terjadi karena mahasiswa merupakan individu yang paling mudah terpengaruh oleh perubahan serta berada pada tahap pencarian jati diri dan memiliki keinginan untuk mencoba-coba hal baru. Sebagian mahasiswa yang lain mampu memenuhi kebutuhan sosialnya melalui proses membina hubungan

dengan berkomunikasi yang baik serta penyesuaian diri yang memadai (Martha, 2010).

### **B. Kerangka Berpikir**

Gaya hidup hedonis adalah perilaku individu yang mengutamakan kesenangan dan kenikmatan sebagai tujuan utama dalam hidupnya. Pola hidupnya dapat diketahui dari aktivitas, minat dan pendapat. Gaya hidup hedonis merupakan wujud dari ekspresi dari perilaku eksperimental yang dimiliki oleh individu untuk mencoba suatu hal yang baru. Perilaku eksperimental tersebut masih dipandang wajar apabila tidak memunculkan pola perilakunya yang lebih dominan pada kesenangan hidup.

Mahasiswa sebagai bagian dari anggota masyarakat dalam perkembangannya selalu berinteraksi dengan dunia luar. Beragam informasi yang masuk, akan menjadi pilihan bagi mahasiswa dalam mensikapi nilai-nilai budaya, termasuk bagaimana mahasiswa mensikapi gaya hidup hedonis yang terdapat dalam masyarakat modern saat ini.

Gaya hidup yang sudah melekat pada setiap individu sejak lahir akan terus berkembang sesuai dengan perkembangan zaman yang semakin modern. Menurut Adler gaya hidup ditentukan oleh inferioritas yang khusus, gaya hidup merupakan kompensasi dari kekurangsempurnaan tertentu dan didasari pada kekuatan seseorang untuk menanggulangi inferioritas dan meraih superioritas.

Gaya hidup hedonis yang mengarah pada kesenangan sudah ada pada masyarakat modern, ini semua sesuai dengan citra yang ingin mereka tampilkan dan semua itu tidak mengikat mereka. Contohnya ketika seorang individu

memilih pakaian dengan merek tertentu sesuai dengan status dan citra yang ingin mereka tampilkan dan itu sewaktu-waktu bisa berubah sesuai dengan citra baru yang mereka inginkan. Begitu juga dengan ekspresi yang mereka tampilkan ketika sedang berinteraksi dengan individu atau kelompok sosial lain.

Mahasiswa kos yang jauh dari pantauan keluarga atau orangtua, hidup dalam dunia dan komunitasnya sendiri. Mereka tidak perlu memikirkan kesulitan hidup, karena uang kost, jatah makan dan uang saku disuplai secara rutin oleh orang tua dalam jumlah tidak sedikit. Ini kemudian memunculkan rasa nyaman dan ketidak-mandirian mahasiswa. Mereka kemudian terbuai dalam gaya hidup hedonis, serba instan dan kurang memahami makna kerja keras dan perjuangan.

Mahasiswa yang tinggal dengan orangtua mereka akan berada dalam pantauan keluarganya. Berapa pun uang yang mereka belanjakan dan apapun barang yang mereka beli pasti orangtua akan mengetahuinya. Mahasiswa yang tinggal di kos maupun yang tinggal dengan orangtua mereka berada dilingkungan yang sama, dan mereka juga akan dipengaruhi oleh pengaruh yang sama dari lingkungan itu sendiri, selain itu antara mereka pun akan saling mempengaruhi.

Namun, remaja yang termasuk mahasiswa yang hidup di tengah-tengah masyarakat mereka akan melakukan penyesuaian diri terhadap kelompoknya maupun teman sebayanya. Ketika mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah dan sebagian besar waktu diluar rumah digunakan untuk bergaul dengan teman sebayanya dan sebagai akibatnya adalah pengaruh kelompok teman sebaya maupun pengaruh dari lingkungan akan lebih besar. Gaya hidup hedonis

membuat mahasiswa sekarang dapat lebih eksis atau menonjolkan dirinya baik di depan teman-temannya maupun di lingkungan sekitar.

Pada saat ini sudah banyak mahasiswa yang menunjukkan gaya hidup hedonis, dengan tersedianya pusat-pusat perbelanjaan, tempat nongkrong, dan tempat-tempat untuk mencari kesenangan, ini juga terlihat pada mahasiswa di Pekanbaru. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya mahasiswa yang berkumpul bersama untuk memenuhi pusat perbelanjaan baik itu mahasiswa yang tinggal di kos maupun yang tinggal dengan orangtua. Hal ini dilakukan semata-mata untuk mencari kesenangan. Orang-orang yang menganut budaya hedonisme biasanya cenderung boros, tidak memikirkan dampak positif dan negatifnya (Utami, 2008).

Gaya hidup hedonis yang berorientasi pada kesenangan juga dapat ditampilkan dengan penampilan, sifat remaja yang tergolong mahasiswa menganggap bahwa penampilan serta gaya hidup mewah merupakan simbol status yang lebih tinggi dalam kelompoknya. Hal ini menimbulkan adanya sikap untuk bersaing antara mahasiswa satu dengan mahasiswa yang lainnya dalam penampilan diri seperti memakai pakaian bermerek dan modis, gaya rambut, dan barang-barang mewah lainnya. Perilaku ini akan membuat mahasiswa satu dengan yang lainnya saling mempengaruhi, dan lebih mementingkan pada faktor keinginan dari pada kebutuhan yang mengutamakan pada kesenangan materi (Masmuadi, 2007).

Remaja yang tergolong mahasiswa dalam kesehariannya lebih sering menghabiskan waktu dengan teman-teman atau kelompoknya. Oleh karena itu, tidak bisa dipungkiri jika pengaruh teman begitu kuat. orangtua yang terlalu sibuk

bekerja untuk mencukupi kebutuhan keluarga seringkali lalai dalam memperhatikan putra-putrinya. Untuk menutupi kesalahannya, orangtua memberikan semua keinginan anaknya dalam bentuk materi dan kebebasan namun kurang disertai dengan pengawasan.

Selain itu, awalnya aktivitas jalan-jalan ke mall yang dilakukan mahasiswa hanya iseng sekedar untuk memenuhi rasa ingin tahu, namun karena merasakan kenikmatan akhirnya aktivitas jalan-jalan ke mall ini menjadi berlanjut. Melalui aktivitas ini mahasiswa merasakan kesenangan sesaat, sekedar melupakan masalah sementara. Permasalahan yang dialami belum terpecahkan, aktivitas jalan-jalan ke mall merupakan suatu cara yang digunakan mahasiswa untuk menghindari masalah yang dihadapinya.

Budaya sangat mempengaruhi gaya hidup banyak orang. Terutama mahasiswa yang masih tergolong remaja, karena emosinya yang masih labil, jadi mereka mudah terpengaruh oleh budaya. Masa remaja merupakan masa yang penuh kebingungan, masa pencarian identitas diri dan memiliki keinginan untuk mencoba-coba hal baru, sehingga banyak dari kalangan mahasiswa yang mudah terpengaruh oleh perubahan-perubahan serta lingkungan sekitar (Martha, 2010).

Hedonisme sebagai fenomena dan gaya hidup sudah tercermin dari perilaku mereka sehari-hari. Terlihat dari cara mereka berpenampilan hingga barang-barang mewah yang dimilikinya. Gaya hidup hedonisme merupakan wujud dari perilaku yang dimiliki oleh mahasiswa untuk mencoba suatu hal yang baru, gaya hidup hedonis juga sudah meracuni akal fikiran mahasiswa, dimana mahasiswa

tersebut lebih mementingkan kesenangan dalam hal yang lebih negatif dari pada melakukan hal yang lebih positif (Martha, 2010).

### **C. Hipotesis**

Terdapat perbedaan antara gaya hidup hedonis mahasiswa psikologi yang tinggal di kos dan tinggal di rumah orangtua.