

## GAYA HIDUP HEDONIS PADA MAHASISWA DITINJAU DARI HARGA DIRI

Yuliyasinta<sup>1</sup>.Triana Noor Edwina DS<sup>2</sup>

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Yuliyasinta70@gmail.com

**Abstraksi.** Saat ini banyak mahasiswa lebih berorientasi pada gaya hidup hedonis, hal ini sudah tercermin dari perilaku mahasiswa sehari-hari. Mahasiswa sebagai generasi penerus bangsa, diharapkan tidak terlibat dengan gaya hidup hedonis. Harga diri adalah salah satu aspek kepribadian yang berperan dalam menentukan gaya hidup hedonis. Hipotesis dalam penelitian ini ialah terdapat hubungan yang negatif antara harga diri dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa. Subjek penelitian berjumlah 60 orang mahasiswa di Yogyakarta yang berusia 18-22 tahun. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Harga Diri dan Skala Gaya Hidup Hedonis. Hasil penelitian dianalisis dengan teknik korelasi product moment. Hasil koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = -0,439 dengan  $p= 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa. Dari hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa harga diri memiliki peran terhadap gaya hidup hedonis.

**Kata Kunci:** gaya hidup hedonis, harga diri, mahasiswa

### PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peluang sekaligus resiko, karena para remaja berada di pertigaan antara kehidupan cinta, pekerjaan, dan partisipasi dalam masyarakat dewasa (Papalia, dkk., 2014). Kehidupan mahasiswa yang masih tergolong kedalam usia remaja akhir menjadikan penerimaan diri dari lingkungan menjadi hal penting, pada masa-masa ini remaja menyerap berbagai macam informasi yang mereka dapatkan seperti cara bersikap, gaya hidup, dan perilaku lainnya yang dapat menarik perhatian orang lain (Monks, dkk., 2002). Menurut Jibi (2011) saat ini banyak mahasiswa yang lebih berorientasi pada gaya hidup. Susanto (2001) menyatakan bahwa melalui gaya hidup yang tercermin dengan simbol-simbol tertentu, seperti merek-merek yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari, dan segala sesuatu yang berhubungan serta dapat menunjukkan tingkat status sosial yang tinggi menjadi proses adaptasi yang dilalui oleh sebagian mahasiswa dalam memenuhi kebutuhan sosialnya.

Deriansyah dan Anita (2013) menyatakan bahwa fenomena hura-hura menjadi hal biasa di kalangan mahasiswa, semakin jarang terdengar percakapan akademis di lingkungan mahasiswa. Percakapan mahasiswa lebih didominasi masalah fashion, sinetron dan film terbaru, serta aneka bentuk hedonis lainnya. Selanjutnya menurut Kunto (Rianton, 2013) sekarang banyak kegiatan individu yang mengarah pada gaya hidup hedonis, namun tidak menyadari itu adalah gaya hidup hedonis, contoh jalan-jalan ke mall atau pergi *shopping* untuk mencari kesenangan, mampir di bioskop, mampir di diskotik, dan kegiatan hiburan lainnya semua itu adalah perilaku hedonis yang sudah tercermin pada remaja terutama mahasiswa.

Menurut Levan's & Linda (Rianton, 2013) gaya hidup hedonis adalah pola perilaku yang dapat diketahui dari aktifitas, minat maupun pendapat yang selalu menekankan pada kesenangan hidup. Aspek-aspek gaya hidup hedonis menurut Engel, dkk. (1994) dapat di simbolkan dengan pengukuran AIO

dimana A merupakan *activities* / kegiatan, I yaitu *interest* / minat, dan O yaitu *opinions* / pendapat, yang mana aspek ini bermuara pada pencarian kesenangan hidup. *Activities* (kegiatan) adalah cara individu menggunakan waktunya yang berwujud tindakan nyata yang dapat dilihat. Misalnya lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah, lebih banyak membeli barang-barang yang kurang diperlukan, pergi ke pusat pembelanjaan dan kafe. *Interest* (minat) diartikan sebagai apa yang menarik dari suatu lingkungan individu tersebut memperhatikannya. Minat dapat muncul terhadap suatu objek, peristiwa, atau topik yang menekan pada unsur kesenangan hidup. Antara lain adalah *fashion*, makanan, benda-benda mewah, tempat berkumpul, dan selalu ingin menjadi pusat perhatian. *Opinions* (pendapat) adalah tanggapan baik lisan maupun tulisan yang diberikan individu tentang dirinya sendiri dan produk-produk yang berkaitan dengan kesenangan hidupnya. Opini merupakan cara pandang individu untuk membela dan mempertahankan gaya hidup tersebut, opini sekaligus menjelaskan apa saja hal-hal yang diperlukan atau harus dilakukan untuk menunjang gaya hidupnya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Deriansyah dan Anita (2013) kepada 4 mahasiswa laki-laki dan 1 mahasiswa perempuan Sosiologi FISIP Universitas Lampung dengan kriteria mahasiswa yang cenderung gaya hidupnya berfoya-foya dan mengikuti gaya hidup hedonis, diperoleh hasil gaya hidup hedonis yang kelima mahasiswa tersebut jalani. Gaya hidup hedonis yang mahasiswa tersebut jalani seperti menikmati dunia malam dengan mengunjungi diskotik dan tempat-tempat hiburan malam lainnya, mengkonsumsi minum-minuman keras bahkan narkoba. Selanjutnya yaitu berperilaku konsumtif, seperti gemarnya mahasiswa berbelanja agar penampilannya terlihat *fashionable* dan mahasiswa yang kerap mengikuti taruhan judi online, menggampangkan proses perkuliahan seperti jarang masuk jam perkuliahan, menitip

absen saat tidak masuk kuliah, serta mengupah jasa pengerjaan tugas kuliah pada orang lain. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Martha, dkk. (2010) pada 44 mahasiswa perempuan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa menghabiskan waktu untuk berjalan-jalan di mall (75%), bermain facebook (70%), menonton film (77%), *clubbing* (13%), makan di *fast food* (41%), nongkrong di kafe (50%), belanja di butik (20%), dan jawaban-jawaban lain (11%). Berdasarkan penelitian di atas menunjukkan bahwa remaja khususnya mahasiswa masa kini lebih berorientasi pada gaya hidup hedonis.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan penulis pada tanggal 21-25 April 2016 terhadap 17 mahasiswa di Yogyakarta menunjukkan bahwa 15 orang diantaranya menunjukkan gaya hidup hedonis. Hal ini dapat dilihat dari sisi minat seperti senang membeli barang *branded* ketika sedang jalan-jalan di mall, dengan memakai barang *branded* mahasiswa tersebut merasa senang karena menjadi pusat perhatian dan menimbulkan kesan mewah. Dari sisi aktivitas seperti nongkrong di kafe sampai larut malam walaupun keesokan paginya kuliah, jalan-jalan ke mall, nonton film di bioskop. Dari sisi opini mahasiswa mengaku gaya hidup lebih cenderung untuk bersenang-senang dan melakukan hal-hal tersebut di atas hanya untuk mencari kesenangan dan kepuasan. Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti di atas menunjukkan bahwa mahasiswa di Yogyakarta lebih berorientasi pada gaya hidup hedonis.

Gaya hidup hedonis sama sekali tidak sesuai dengan tujuan pendidikan bangsa kita. Mahasiswa diharapkan dapat terus meningkatkan kualitas dirinya sebagai generasi yang nantinya akan bertanggung jawab terhadap nusa dan bangsa dan diharapkan tidak terlibat dengan gaya hidup hedonis. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Deriansyah dan Anita (2013) dampak dari gaya hidup hedonis pada mahasiswa mengerucut pada tiga hal yaitu, penurunan motivasi dan

prestasi belajar mahasiswa, perubahan pola hidup menjadi materialistis, serta perubahan pola pikir menjadi pragmatis dan acuh tak acuh.

Kotler (1997) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup berasal dari dalam (*internal*) dan dari luar (*eksternal*). Faktor *internal* meliputi sikap, pengalaman dan pengamatan, kepribadian, konsep diri, motif, dan persepsi. Adapun faktor *eksternal* meliputi kelompok referensi, keluarga, kelas sosial, dan kebudayaan. Salah satu faktor yang sangat berperan dalam menentukan kecenderungan gaya hidup hedonis seseorang adalah kepribadian. Branden (1973) menyatakan bahwa harga diri adalah salah satu aspek kepribadian yang merupakan kunci terpenting dalam pembentukan perilaku seseorang, hal ini berkaitan dengan perilaku gaya hidup mahasiswa. Seseorang yang memandang dirinya negatif, di mana individu memandang bahwa dirinya serba kekurangan, akan mencoba mengisi kekurangan dalam dirinya dengan mengikuti gaya hidup hedonis (Martha, dkk., 2010). Hal ini juga didukung hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 21-25 April 2016 terhadap 17 mahasiswa di Yogyakarta bahwa sebagian besar mahasiswa yang diwawancarai mengikuti gaya hidup hedonis untuk mendapat penghargaan dan pengakuan dari orang lain. Mahasiswa menganggap dengan mengikuti tren masa kini membuat mereka merasa lebih percaya diri sehingga mudah diterima oleh lingkungan dan harga dirinya terangkat.

Coopersmith (1967) mendefinisikan harga diri sebagai evaluasi yang dibuat oleh individu mengenai dirinya sendiri, dimana evaluasi diri tersebut merupakan hasil interaksi antara individu dengan lingkungannya serta perlakuan orang lain terhadap dirinya. Evaluasi ini menyatakan suatu sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukkan seberapa besar individu percaya bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil, berharga menurut standart dan nilai pribadinya. Menurut Coopersmith (1967) aspek-aspek harga diri meliputi *power*

(kekuatan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebajikan) dan *competence* (kompetensi). Secara lebih rinci, aspek-aspek tersebut diuraikan sebagai berikut : *power* (kekuatan), yaitu kemampuan untuk bisa mengatur dan mengontrol tingkah laku orang lain, ditandai dengan kemampuan mengatur dan mengontrol perilaku orang lain, pengakuan dan rasa hormat dari orang lain, mengontrol perilaku diri sendiri. *Significance* (keberartian), yaitu adanya kepedulian, perhatian dan afeksi yang diterima dari orang lain, ditandai dengan kemampuan penerimaan diri, penerimaan dari orang tua, penerimaan dari teman, popularitas diri. *Virtue* (kebajikan), yaitu ketaatan atau mengikuti standar moral dan etika, ditandai dengan kemampuan taat kepada etika moral, taat pada aturan/ prinsip agama, kepedulian terhadap orang lain. *Competence* (kompetensi), yaitu kemampuan untuk sukses memenuhi tuntutan prestasi, ditandai dengan kemampuan mampu melaksanakan tugas/tanggungjawab dengan baik, mampu menghadapi situasi social, mampu berprestasi dengan baik, mampu menyelesaikan masalahnya sendiri, mampu mengambil keputusan sendiri. Menurut Coopersmith (1967) aspek-aspek harga diri meliputi *power* (kekuatan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebajikan) dan *competence* (kompetensi). Secara lebih rinci, aspek-aspek tersebut diuraikan sebagai berikut : *power* (kekuatan), yaitu kemampuan untuk bisa mengatur dan mengontrol tingkah laku orang lain, ditandai dengan kemampuan mengatur dan mengontrol perilaku orang lain, pengakuan dan rasa hormat dari orang lain, mengontrol perilaku diri sendiri. *Significance* (keberartian), yaitu adanya kepedulian, perhatian dan afeksi yang diterima dari orang lain, ditandai dengan kemampuan penerimaan diri, penerimaan dari orang tua, penerimaan dari teman, popularitas diri. *Virtue* (kebajikan), yaitu ketaatan atau mengikuti standar moral dan etika, ditandai dengan kemampuan taat kepada etika moral, taat pada aturan/ prinsip agama, kepedulian terhadap orang lain. *Competence* (kompetensi), yaitu

kemampuan untuk sukses memenuhi tuntutan prestasi, ditandai dengan kemampuan mampu melaksanakan tugas/tanggungjawab dengan baik, mampu menghadapi situasi social, mampu berprestasi dengan baik, mampu menyelesaikan masalahnya sendiri, mampu mengambil keputusan sendiri.

Harga diri memegang peranan penting dalam proses pencarian identitas diri pada masa remaja, karena dapat membantu remaja mengenali diri sendiri, sehingga dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri dan akan memudahkan remaja dalam melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan. Mahasiswa dengan harga diri rendah mempunyai rasa kurang percaya diri dan khawatir pernyataannya tidak disukai individu lain, hidup di bawah bayang-bayang kelompok sosial, serta kurang berpartisipasi dalam lingkungan sosial (Coopersmith 1967). Indikasi mahasiswa yang harga dirinya tinggi akan aktif dan nyaman dengan lingkungan sosialnya. Mahasiswa dengan harga diri yang tinggi akan menampilkan suatu perilaku yang dapat mendorong ke arah pencapaian keberhasilan dalam pergaulan, sehingga mahasiswa mampu beradaptasi terhadap pengaruh gaya hidup hedonis tanpa ikut mengkonsumsi gaya hidup hedonis tersebut. Mahasiswa yang memiliki harga diri rendah akan kesulitan dalam bersosialisasi dan berinteraksi dengan kelompok teman sebaya, sehingga cenderung mengadopsi gaya hidup hedonis. Hal ini dikarenakan ingin diterima atau diakui oleh kelompok teman sebayanya, namun terkadang tidak dengan dasar yang kuat (Martha, dkk., 2010). Hal ini didukung hasil penelitian yang dilakukan Eka (2016) yang menyatakan adanya hubungan dengan arah negatif antara harga diri dan kecenderungan gaya hidup hedonis pada remaja.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti merumuskan permasalahan dalam penelitian ini ialah apakah ada hubungan antara harga diri dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa di Yogyakarta?

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa di Yogyakarta. Manfaat teoritis dalam penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan untuk memperkaya khasanah ilmu psikologi khususnya psikologi sosial karena hasil penelitian ini memberikan penjelasan konsep tentang harga diri dan gaya hidup hedonis yang terjadi di kalangan mahasiswa di Yogyakarta. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara harga diri dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa di Yogyakarta.

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan variabel tergantung gaya hidup hedonis dan variabel bebas adalah harga diri. Pengumpulan data dilakukan dengan metode kuesioner, yaitu menggunakan Skala HargaDiri dan Skala Gaya Hidup Hedonis. Subjek penelitian ini ialah mahasiswa berusia 18-22 tahun dan berstatus sebagai mahasiswa di Yogyakarta sebanyak 60 orang. Analisis data yang digunakan adalah teknik korelasi *product moment* dan data di analisis dengan bantuan *SPSS release 16*.

#### **HASIL & PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan terhadap data penelitian gaya hidup hedonis, menunjukkan skor empirik minimal 53, skor empirik maksimal 98, *mean* empirik yaitu 75,5 dan standar deviasi ( $\sigma$ ) adalah 7,5. Kemudian skor hipotetik minimal 30, skor hipotetik maksimal 120, *mean* hipotetik yaitu 75, dan standar deviasi ( $\sigma$ ) yaitu sebesar 15.

Hasil data yang diperoleh skor pada Skala Harga Diri, menunjukkan skor empirik minimal 78, skor empirik maksimal 116, *mean* empirik yang yaitu sebesar 97 dan standar deviasi ( $\sigma$ ) adalah sebesar 6,3. Kemudian skor hipotetik minimal 32, skor hipotetik maksimal 128, *mean* hipotetik yaitu sebesar 80, dan

standar deviasi ( $\sigma$ ) sebesar 16.

Hasil kategori Skala Gaya Hidup Hedonis pada penelitian ini menunjukkan bahwa subjek yang memiliki gaya hidup hedonis pada kategori tinggi sebanyak 6,67% (4 orang), pada kategori sedang sebanyak 86,66% (52 orang), dan pada kategori rendah sebanyak 6,67% (4 orang). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek menunjukkan tingkat gaya hidup hedonis cenderung sedang.

Hasil kategori skala harga diri pada penelitian ini menunjukkan bahwa subjek yang memiliki harga diri pada kategori sedang sebanyak 56,67% (34 orang), dan sisanya pada kategori tinggi sebanyak 43,33% (26 orang). Hal ini menunjukkan bahwa hampir seluruh subjek menunjukkan tingkat harga diri cenderung sedang.

Sebelum dilakukan uji hipotesis, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas terhadap sebaran data yang ada.

a. Uji Normalitas

Hasil uji normalitas untuk data variable harga diri pada mahasiswa diperoleh nilai  $KS-Z = 0,087$  dengan  $p = 0,200$  ( $p > 0,05$ ), dan data variabel gaya hidup hedonis diperoleh nilai  $KS-Z = 0,108$  dengan  $p = 0,081$  ( $p > 0,05$ ), artinya data dari gaya hidup hedonis dan harga diri mengikuti distribusi normal.

b. Uji Linieritas

Hasil uji linieritas antara variabel harga diri dengan gaya hidup hedonis pada penelitian ini diperoleh nilai  $F = 13,847$  dengan taraf signifikansi  $0,001$  ( $p < 0,01$ ), artinya variabel harga diri dan gaya hidup hedonis pada penelitian ini memiliki hubungan yang linier.

Hasil uji hipotesis penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara gaya hidup hedonis dengan harga diri, semakin tinggi harga diri maka semakin rendah gaya hidup hedonis pada mahasiswa, dengan nilai korelasi sebesar  $r = -0,439$  dan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan negatif antara harga diri dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa diterima, dari hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) =  $-0,439$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan gaya hidup hedonis. Semakin tinggi harga diri pada mahasiswa di Yogyakarta, maka semakin rendah gaya hidup hedonis pada mahasiswa, sebaliknya apabila semakin rendah harga diri maka semakin tinggi gaya hidup hedonis pada mahasiswa. Koefisien determinasi diperoleh sebesar  $0,193$ , yang berarti  $19,3\%$  gaya hidup hedonis pada mahasiswa dipengaruhi oleh harga diri.

Terdapatnya hubungan antara harga diri dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa ini menunjukkan bahwa harga diri menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi gaya hidup hedonis pada mahasiswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya, antara lain penelitian mengenai hubungan antara harga diri dengan kecenderungan gaya hidup hedonis pada mahasiswa Universitas Diponegoro Semarang oleh Martha, Dkk (2010). Hubungan antara harga diri dan gaya hidup hedonis dengan body image oleh Desryani (2016). Hubungan antara harga diri dan kecenderungan gaya hidup hedonis pada remaja akhir oleh Hambali (2016), yang artinya harga diri dengan semua aspek yang terkandung di dalamnya (*power*, *significance*, *virtue*, dan *competence*) memberikan kontribusi terhadap gaya hidup hedonis sehingga semakin tinggi harga diri maka semakin rendah gaya hidup hedonis mahasiswa tersebut, sebaliknya semakin rendah harga diri maka semakin tinggi gaya hidup hedonis mahasiswa tersebut, sehingga hal ini mencerminkan bahwa harga diri memiliki peran dalam mengontrol gaya hidup hedonis.

*Power* (kekuatan) merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk mempengaruhi atau mengontrol perilaku, artinya kemampuan untuk mengubah sikap atau perilaku individu, kelompok, keputusan, dan kejadian.

Individu yang memiliki suatu kekuatan (*power*) cenderung dapat menunjukkan perilaku yang positif, antara lain mampu mencapai keberhasilan di lingkungan sosialnya, tegas dalam mengambil keputusan, mampu menerima keadaan diri sendiri serta keadaan orang lain, dan tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar (Coopersmith, 1967). Hal ini sesuai dengan pendapat Sears, Freedman, dan Peplau (1991) yang menyatakan bahwa remaja dengan harga diri rendah akan cenderung lebih mudah dipengaruhi daripada remaja dengan harga diri tinggi. Jika tingkat harga diri mahasiswa tinggi, maka mahasiswa akan dapat melakukan dan mengambil keputusan untuk dirinya sendiri tanpa dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya. Sebaliknya jika tingkat harga diri mahasiswa rendah, maka mahasiswa akan cenderung mengikuti tekanan dan kemauan lingkungan sosialnya dalam hal ini menggunakan barang-barang bermerk yang sedang tren agar citra dirinya terangkat. Hal ini didukung oleh Sipunga (2011) dalam penelitiannya yang mengungkapkan kecenderungan memiliki suatu barang sesuai tren biasanya terlihat pada orang dengan harga diri yang rendah.

Keberartian (*significance*) dapat dipahami sebagai adanya kepedulian, penilaian, dan afeksi yang diterima individu dari orang lain. Individu yang memiliki keberartian dalam hidupnya akan berpengaruh juga terhadap perkembangan harga dirinya, karena individu dengan harga diri tinggi dapat meyakini bahwa dirinya mampu, penting, berhasil, dan berharga dihadapan orang lain, yang akan berpengaruh pada kesejahteraan hidup dan kepuasan akan lingkungan sosialnya (Coopersmith, 1967). Keadaan ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan harga diri tinggi lebih berarti dalam menjalankan kehidupannya, sedangkan mahasiswa dengan harga diri rendah akan menjadi konsumtif karena adanya perasaan kurang berharga dan rendah diri. Untuk menutupi hal tersebut dilakukan dengan mengkonsumsi barang-barang yang tren dan sedang menjadi mode di pergaulan. Hal ini didukung oleh

Jasmadi & Aulia (2016) dalam penelitiannya yang mengungkapkan bahwa remaja yang tidak yakin pada dirinya sendiri dan mempunyai harga diri yang rendah memiliki opini bahwa barang yang mempunyai arti simbolik dianggap mampu menaikkan harga dirinya.

Kebajikan (*virtue*) yaitu ketaatan atau mengikuti standar moral, etika dan agama (Coopersmith, 1967). Hartanti dan Iman (Alfitri, 2007) menyatakan mahasiswa sekarang cenderung menyukai dan mengutamakan kesenangan semata dengan meletakkan dimensi kepuasan materi sebagai suatu tujuan utama memicu dan memacu pemanfaatan alam dan atau melakukan aktivitas hidup yang jauh dari dimensi spritual (moralitas) sehingga kesadaran akan nilai-nilai etika dan moralitas rendah. Individu yang dapat menjalankan kehidupan sesuai dengan moral, etika dan agama dianggap memiliki sikap yang positif sehingga mampu menjauhi tingkah laku yang tidak diperbolehkan dan melakukan tingkah laku yang diharuskan oleh moral, etika dan agama sehingga akan membentuk harga diri yang tinggi (Coopersmith, 1967). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan harga diri tinggi dapat menjauhi aktivitas hidup yang tidak sesuai dengan moral, etika dan agama seperti gaya hidup hedonis (Martha, dkk., 2010).

Kompetensi (*competence*) yaitu kemampuan untuk sukses memenuhi tuntutan prestasi. Apabila seorang individu dapat mengetahui di mana letak kemampuan di dalam dirinya dan kemudian dapat mengasah kemampuan itu dengan baik maka akan menghasilkan suatu prestasi yang membanggakan. Adanya kemampuan yang membanggakan dari diri individu dapat berpengaruh juga pada harga dirinya, karena individu memenuhi tuntutan prestasi yang berasal dari kemampuannya, sehingga apabila individu telah mencapai tujuan atau mampu mencapai suatu hasil yang diharapkannya, maka individu tersebut akan memberikan penilaian positif terhadap dirinya dan merasa berharga dengan adanya prestasi yang telah dicapai (Coopersmith, 1967). Hal tersebut menunjukkan mahasiswa dengan

kompetensi memiliki harga diri yang positif dan mahasiswa yang memiliki harga diri yang rendah akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga sehingga mengkompensasinya dengan tindakan lain yang seolah-olah membuat individu lebih berharga seperti mengikuti berbagai atribut yang sedang tren, misalnya saja pemilihan model pakaian dengan merek terkenal, penggunaan telepon genggam (HP) dengan fasilitas layanan terbaru, berbelanja di pusat perbelanjaan terkenal seperti mall dari pada berbelanja di pasar tradisional atau sekedar jalan-jalan untuk mengisi waktu luang bersama kelompok teman sebaya dan sebagainya (Nashori, 2003). Keterkaitan hubungan antara harga diri dengan gaya hidup hedonis sebagaimana telah diuraikan diatas juga didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Umami (2013), dengan metode penelitian kuantitatif bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan kecenderungan gaya hidup hedonis pada mahasiswi di Surakarta. Sehingga semakin tinggi harga diri maka akan semakin rendah gaya hidup hedonis sebaliknya semakin rendah harga diri maka akan semakin tinggi gaya hidup hedonis.

Berdasarkan hasil kategorisasi gaya hidup hedonis pada mahasiswa menunjukkan bahwa 6,67%(4 subjek) pada kategori tinggi, 86,66% (52 subjek) kategori sedang, dan 6,67%(4 subjek) pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek menunjukkan tingkat gaya hidup hedonis cenderung sedang. Gaya hidup hedonis yang cenderung sedang tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa terkadang dalam melakukan aktivitasnya, mengungkapkan pendapatnya dan mengungkapkan ketertarikan atau minat yang berkaitan dengan gaya hidup hedonis yang mengarah ke tinggi maupun rendah. Mahasiswa menerapkan perilaku gaya hidup hedonisme dalam kehidupannya sehari-hari walaupun tidak sering (Martha, dkk., 2010).

Hasil kategorisasi skor pada skala harga diri pada mahasiswa menunjukkan bahwa subjek penelitian yang memiliki harga diri pada kate-

gori sedang sebanyak 56,67% (34 orang), dan sisanya pada kategori tinggi sebanyak 43,33% (26 orang). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek menunjukkan tingkat harga diri cenderung sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa dengan harga diri sedang memiliki penerimaan diri serta penyesuaian sosial yang baik namun ragu-ragu dengan kemampuan yang dimiliki.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa koefisien determinan ( $R^2$ ) harga diri dengan sebesar 0,193 artinya sumbangan variabel harga diri terhadap resiliensi sebesar 19,3%. Hal ini memiliki arti bahwa terdapat 80,7% faktor lain yang mempengaruhi gaya hidup hedonis. Seperti yang dikemukakan oleh Kotler (1997) faktor lain yang mempengaruhi gaya hidup berasal dari dalam (*internal*) dan dari luar (*eksternal*). Faktor *internal* meliputi sikap, pengalaman dan pengamatan, kepribadian, konsep diri, motif, dan persepsi. Adapun faktor *eksternal* meliputi kelompok referensi, keluarga, kelas sosial, dan kebudayaan.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka kesimpulan yang diperoleh, bahwa ada hubungan negatif antara harga diri dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa di Yogyakarta. Hal ini berarti semakin tinggi harga diri pada mahasiswa di Yogyakarta maka semakin rendah gaya hidup hedonis pada mahasiswa tersebut. Sebaliknya, semakin rendah harga diri pada mahasiswa di Yogyakarta maka semakin tinggi gaya hidup hedonis mahasiswa tersebut.

Koefisien determinasi yang diperoleh variabel harga diri terhadap gaya hidup hedonis sebesar ( $R^2$ ) = 0,193. Hal tersebut menunjukkan bahwa harga diri mempunyai sumbangan efektif sebesar 19,3% terhadap gaya hidup hedonis pada mahasiswa, sedangkan 80,7% diperoleh dari faktor lain yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini. Faktor lain yang mempengaruhi gaya hidup berasal dari dalam (*internal*) dan dari luar (*eksternal*). Faktor *internal* meliputi sikap, pengalaman dan pengamatan,

kepribadian, konsep diri, motif, dan persepsi. Adapun faktor *eksternal* meliputi kelompok referensi, keluarga, kelas sosial, dan kebudayaan.

Saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian ialah bagi mahasiswa diharapkan agar bersikap hati-hati dalam memilih dan berinteraksi dengan lingkungan sosial dan tidak mengikuti gaya hidup hedonis yang lebih mengutamakan kesenangan dan mengesampingkan tugas utama sebagai mahasiswa. Cara yang dapat dilakukan adalah dengan meningkatkan harga dirinya, sehingga dapat memmanifesasikannya ke dalam bentuk gaya hidup yang lebih baik seperti gaya hidup sehat, dan tidak terjerumus kepada gaya hidup

hedonis yang cenderung negatif, glamour, dan konsumtif.

Bagi Peneliti lain yang tertarik untuk meneliti dengan tema yang sama, diharapkan peneliti selanjutnya memperhatikan faktor-faktor lain yang belum diungkap dalam penelitian ini, seperti sikap, pengalaman dan pengamatan, kepribadian, konsep diri, motif, persepsi, kelompok referensi, keluarga, kelas sosial, dan kebudayaan. Peneliti selanjutnya diharapkan menambahkan identitas subjek seperti asal daerah dan uang saku perbulan sehingga diharapkan hasil penelitian mampu memberikan gambaran yang lebih luas terkait gaya hidup hedonis.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alfitri, (2007). Budaya konsumerisme masyarakat perkotaan. *Jurnal Empirika*, XI(1), Universitas Padjajaran.
- Branden, N. (1973). *The Psychology of Self Esteem*. San Fransisco: W.H. Freeman and Company.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self esteem*. University of California: Davis. San Fransisco: W.H Freeman and Company.
- Deriansyah, D., & Anita, D. (2013). Potret gaya hidup hedonisme di kalangan mahasiswa (Studi pada mahasiswa sosiologi FISIP Universitas Lampung). *Journal of sosiologie*, 1(3), 184-193.
- Desryani, V.B. (2015). Hubungan antara harga diri dan gaya hidup hedonisme dengan body image. *Jurnal IPI*, 3(3).
- Eka, D.A. (2016). Hubungan antara harga diri dan kecenderungan gaya hidup hedonis pada remaja pengguna smartphone. Skripsi. Universitas Gunadarma.
- Engel, F., Blackwell, R.D., Miniard, P.W. (1994). *Perilaku konsumen. Jilid1. Edisi enam*. Alih Bahasa : Budiyanto. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Hambali, F. (2016). Hubungan antara harga diri dan kecenderungan gaya hidup hedonis pada remaja akhir. *Skripsi*. Universitas Gunadarma
- Jasmadi, & Aulia, A. (2016). Hubungan harga diri dengan perilaku konsumtif remaja di Banda Aceh. *Jurnal Psikoislamedia*. 1(2).
- Jibi, (2011). Banyak mahasiswa lebih berorientasi gaya hidup. diakses dari <http://www.solopos.com/2011/09/28/banyakmahasiswalebihberorientasigayahidup-117856>
- Kotler, P. (1997). *Principles of marketing*. Edisi 3. Alih Bahasa: Sindoro dan Molan. Jakarta: Prenhalindo
- Martha. S.H., dan Setyawan, I. (2010). Correlation among self-esteem with a tendency hedonist lifestyle of students At Diponegoro University. *Journal of Psychology*. Diakses melalui



<http://www.eprints.undip.ac.id>

- Monks, F.J., Knoers, A.M.P., Haditono, S.R. (2002). *Psikologi perkembangan: pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.
- Nashori, Fuad. (2003). *Potensi-potensi manusia*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Papalia, D.E & Feldman, R. D. (2014). *Menyelami perkembangan manusia : Experience Human Development*. Jakarta Selatan : Salemba Humani
- Rianton. (2013). Hubungan antara konformitas kelompok teman sebaya dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa Kab. Dhamasraya di Yogyakarta. *Empathy Jurnal Fakultas Psikologi*, 2(1), 1-15.
- Sears, David O., Freedman, Jonathan L., & Peplau, L. A. (1991). *Psikologi sosial. Jilid 1. Edisi Kelima*. Alih bahasa Michael Adryanto dan Savitri Soekrisno. Jakarta: Erlangga.
- Sipunga, P.N. (2014) Kecenderungan perilaku konsumtif remaja ditinjau dari pendapatan orang tua pada siswa-siswi SMA Kesatrian 2 Semarang. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 3(1).
- Susanto, A.B. (2001). *Potret-Potret gaya hidup metropolis*. Jakarta : Kompas Media Nusantara.
- Umami, A. (2013). Hubungan antara harga diri dengan kecenderungan gaya hidup hedonis pada mahasiswi di Surakarta. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.