

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN
RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL TEHRAPY UNTUK
MENGURANGI PERILAKU HEDONISME**
(Penelitian pada mahasiswa akuntansi angkatan 2013 Universitas
Muhammadiyah Magelang Kota Magelang)

SKRIPSI



Oleh :

Muh Said Yunus
NPM: 12.0301.0061

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2017**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN
RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL TEHRAPY UNTUK
MENGURANGI PERILAKU HEDONISME**
(Penelitian pada Mahasiswa akuntansi angkatan 2013 Universitas
Muhammadiyah Magelang Kota Magelang)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan Studi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Oleh :

Muh Said Yunus
NPM. 12.0301.0061

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG**

2017

BALAMAN PERSETUJUAN

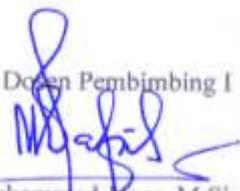
SKRIPSI BERJUDUL

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN
RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL TEHRAPY UNTUK
MENGURANGI PERILAKU HEDONISME**
(Penelitian pada Mahasiswa angkatan 2013 Universitas
Muhammadiyah Magelang Kota Magelang)

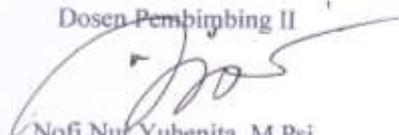


Magelang, 30 Desember 2016

Dosen Pembimbing I


Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons.
NIP. 19580912 198503 1 006

Dosen Pembimbing II


Nofi Nur Yuhanita, M.Psi.
NIP. 108706056

PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Dalam Rangka Menyelesaikan Studi Pada Program Studi S-1 BK FKIP
UMMagelang

Diajukan Oleh:

Nama : **Muh Said Yunus**

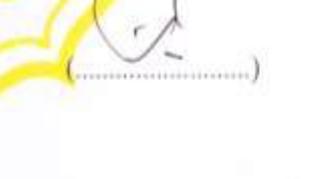
NPM : 12.0301.0061

Diterima dan Disahkan oleh Penguji:

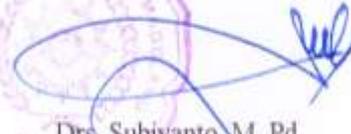
Hari : Kamis

Tanggal : 26 Januari 2017

Tim Penguji Skripsi :

1. Ketua/Anggota : Dr. Muhammad Japar, M.Si.,Kons. 
2. Sekretaris/Anggota: Nofi Nur Yuhanita, M.Psi. 
3. Penguji I : Drs Subiyanto, M.Pd 
4. Penguji II : Drs Tawil, M.Pd. Kons 

Mengesahkan,
Dekan FKIP


Drs. Subiyanto, M. Pd
NIP. 19570807 198303 1 002

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **Muh Said Yunus**
NPM : **12.0301.0061**
Program Studi : **Bimbingan dan Konseling**
Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**
Judul Skripsi : **Pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan
Rational Emotive Behavioral Therapy untuk mengurangi
perilaku hedonisme**

Menyatakan bahwa skripsi yang telah saya buat adalah hasil karya sendiri, apabila di kemudian hari merupakan hasil penjiplakan (plagiat) terhadap karya orang lain, saya bersedia mempertanggungjawabkan dan menerima sanksi berdasarkan aturan di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, Januari 2017
Muh Said Yunus Menyatakan



Muh Said Yunus

MOTTO

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai melakukan satu pekerjaan maka bersegeralah untuk melakukan pekerjaan lain dengan sungguh-sungguh”.

(Qs.Ash-sharh 6-7)

PERSEMBAHAN

Segenap rasa syukur kehadiran Allah SWT,
skripsi ini dipersembahkan kepada :

1. Ayah dan Ibu tercinta, M Yunus P dan Hasmi yang selalu berjuang untukku, memberikan semangat dan mendoakan dalam setiap langkah usahaku dan perjalananku.
2. Almamaterku tercinta, Prodi BK FKIP UMMagelang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* untuk mengurangi perilaku hedonisme”. Tujuan dari penyusunan skripsi ini ialah sebagai syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan program studi Bimbingan Konseling.

Selama Penyusun skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang.
2. Drs. Subiyanto, M. Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang.
3. Sugiyadi, M. Pd, Kons selaku Ketua Program Studi Bk UMMagelang sekaligus dosen Pembimbing Akademik.
4. Drs. Muhammad Japar, M.Si.,Kons. dan Nofi Nur Yuhanita, M.Psi.selaku Dosen Pembimbing I dan II yang sabar membimbing dan membantu selama pembuatan skripsi.
5. Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Magelang Dra. Marlina Kurnia, MM yang telah mengizinkan saya untuk melakukan penelitian di Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Magelang
6. Nur Laela Yuliani, SE, MSc,selaku Kaprodi Akuntansi yang telah membantu dan memberikan ijin penelitian di mahasiswa akuntansi angkatan 2013.

7. Sahabat-sahabatku di Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah Magelang (IMM) dan keluargaku yang selalu memberikan semangat dan do'a dalam penulisan skripsi ini.
8. Teman seperjuangan yang selama ini memberikan semangat selama studi di Prodi BK dan semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu.
9. Bintang dan Mb Giyanti, yang telah menemani, mendoakan, memberi semangat dan selalu mengingatkan untuk mengerjakan skripsiku.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, sehingga masih perlu dikaji dan dikembangkan. Oleh karena itu penulis sangat mengharapkan masukan dan saran yang membangun untuk perbaikan penulisan ini. Akhir kata, semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak, Amin.

Magelang, Januari 2017
Yang Menyatakan

Muh Said Yunus

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAKSI	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Hedonisme.....	10
B. <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i>	18

C. Konseling Kelompok	24
D. Pengaruh Konseling Kelompok dengan Pendekatan <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> Untuk Mengurangi Perilaku Hedonisme	35
E. Kerangka Berfikir.....	37
F. Hipotesis	38
BAB III METODELOGI PENELITIAN	39
A. Desain Penelitian	39
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	40
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	40
D. Subyek Penelitian.....	41
E. Metode Pengumpulan Data.....	42
F. Prosedur Pelaksanaan Penelitian.....	43
G. Analisis Data	45
H. Teknik Analisis Data	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
A. Hasil Penelitian	49
B. Pembahasan Hasil Penelitian	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	62
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN.....	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berpikir	38

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1 : konsep dasar Rational Emotive Behavioral Therapy	20
Tabel 2 : <i>Pre-test Pos-Test contor group disign</i>	39
Tabel 3 : Penilaian skor angket perilaku hedonisme	39
Tabel 4 : Kisi-kisi perilaku hedonisme	43
Tabel 5 : Uji Validitas Instrumen	46
Tabel 6 : Uji Reabilitas	47
Tabel 7 : Rumus Kategori	49
Tabel 8 : Kategori Sekor Angket Hedonisme	50
Tabel 9 : Daftar Sampel Penelitian Pre Test.	50
Tabel 10 : Daftar Sampel Penelitian Pre Test.....	50
Tabel 11 : Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	53
Tabel 12 :Hasil Uji Normalitas.....	55
Tabel 13 :Hasil Uji Anova.....	56
Tabel 14 :Penurunan Skor <i>Pre Test</i> dan <i>Pos Test</i> Kelompok Eksperimen.....	57
Tabel 15 :Peningkatan Skor <i>Pre Test</i> dan <i>Pos Test</i> Kelompok Kontrol.....	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 : Surat Ijin Penelitian dan Surat keterangan Penelitian	68
Lampiran 2 : hasil <i>Try Out</i> Angket	71
Lampiran 3 : Hasil uji Validitas dan Reabilitas Instrumen	76
Lampiran 4 : Angket	79
Lampiran 5 : Data <i>Pre Test</i>	84
Lampiran 6 : Modul, Materi dan Pelaksanaan/ Hasil Penelitian.....	88
Lampiran 7 : Jadwal pelaksanaan Pelatihan <i>Self-Regulated Learning</i>	110
Lampiran 8 : Data <i>Pos Test</i>	112
Lampiran 9 : Hasil Uji Normalitas	116
Lampiran 10 : Hasil Uji Homogenitas	120
Lampiran 11 : Hasil Uji Anova	122
Lampiran 12 : Daftar Hadir Pelaksanaan Pelatihan <i>SRL</i>	126
Lampiran 13 : Dokumentasi	138

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN
RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL TEHRAPY UNTUK
MENGURANGI PERILAKU HEDONISME**
(Penelitian pada Mahasiswa akuntansi angkatan 2013 Universitas Muhammadiyah
Magelang Kota Magelang)

Muh Said Yunus

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* untuk mengurangi perilaku hedonisme. Penelitian dilakukan pada Mahasiswa akuntansi angkatan 2013 Universitas Muhammadiyah Magelang Kota Magelang.

Penelitian ini menggunakan *Pre Test Pos test control grup disign* dengan satu perlakuan. Sampel yang diambil sebanyak 16 Mahasiswa, 8 mahasiswa sebagai kelompok eksperimen dan 8 mahasiswa sebagai kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Dalam pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode dalam pengumpulan data menggunakan kuisioner. Teknik analisis data menggunakan analisis parametrik *one way ANOVA*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* untuk mengurangi perilaku hedonisme di kalangan mahasiswa. Penelitian ini dibuktikan dengan adanya perbedaan penurunan perilaku hedonisme antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, dimana skor penurunan perilaku hedonisme kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Kata Kunci : *Rational Emotive Behavioral Therapy*, Perilaku Hedonisme.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada era globalisasi ini, peradaban manusia telah memasuki tahapan baru, yaitu dengan adanya revolusi bidang teknologi komunikasi. Menurut Rizqiansyah (Sukari, 2013:1), teknik dan jasa telekomunikasi telah berkembang dengan cepat menjadi jaringan yang sangat luas dan menjadi vital dalam berbagai aspek kehidupan. Pemanfaatan jasa ini tidak hanya untuk usaha hiburan, namun telah berkembang secara meluas dan digunakan dalam teknologi pertelevisian, komunikasi, komputer dan yang lainnya. Hubungan yang mendunia ini dipengaruhi oleh saluran saluran pendukung proses globalisasi, seperti saluran pergaulan. Kontak kebudayaan dan saling mengunjungi antar warga Negara akan memudahkan seseorang mempelajari dan mengerti kebudayaan asing, seperti pertukaran pelajar, *homestay*, pertukaran misi kebudayaan dan penyerapan tenaga kerja asing, saluran teknologi, berbagai peralatan teknologi merupakan saluran globalisasi yang membawa pengaruh yang sangat besar dalam tata kehidupan.

Arus globalisasi dan perkembangan teknologi telah berkembang semakin pesat di masyarakat Indonesia. Hal demikian, memberikan dampak positif dan negatif di semua aspek kehidupan manusia. Dampak positifnya adalah semakin berkembangnya teknologi dan ilmu pengetahuan serta semakin meningkatnya taraf kehidupan yang lebih baik. Sedangkan dampak negatifnya adalah gaya hidup yang mulai bergeser dari budaya aslinya serta

pola hidup konsumtif dan hedonis. Bagi masyarakat yang telah siap menerima perubahan-perubahan yang terjadi maka akan timbul goncangan (*shock*) dalam kehidupan sosial dan budayanya yang mengakibatkan seorang individu tertinggal atau frustrasi. Kondisi demikian dapat menimbulkan suatu keadaan yang tidak seimbang atau tidak serasi dalam kehidupan. Di era globalisasi unsur-unsur budaya asing seperti pola pergaulan hedonis (memuja kemewahan), pola hidup hedonis sudah menjadi pola pergaulan dan gaya hidup generasi muda. Bagi individu atau remaja yang tidak siap dan tidak dapat menyesuaikan pada pola pergaulan tersebut, mereka akan menarik diri dari pergaulan atau bahkan ada yang frustrasi sehingga menimbulkan perilaku menyimpang.

Perilaku hedonisme (Zubair, 2005) telah merekat pada kehidupan kita. Pola hidup hedonisme telah mempengaruhi kehidupan generasi muda, yang orientasinya diarahkan kenikmatan, kesenangan, kepuasan dalam mengonsumsi barang secara berlebihan. Manusia memang ketika manusia hidup mencari kesenangan dan kepuasan, karena itu merupakan sifat dasar manusia. Sekarang, segala macam media informasi merayu kita mengenai gaya hidup. Para Remaja berlomba-lomba mengaktualisasikan dirinya untuk mencapai kepuasan dan dorongan untuk memuja kenikmatan. Berbagai upaya dilakukan untuk mencapainya, di antaranya dengan mencari popularitas dan membelanjakan barang yang bukan merupakan kebutuhan pokok. Inilah yang senantiasa didorong oleh hedonisme, sebuah pola hidup yang menekankan kepada perilaku manusia untuk mencari kesenangan dalam hidup dan mencapai kepuasan duniawi.

Gaya hidup hedonisme merupakan pandangan yang menganggap bahwa kesenangan adalah hal yang paling penting dalam hidup. Kaum hedonis menganggap bahwa sesuatu dikatakan baik ketika sesuatu tersebut disenangi dan dapat memberikan kesenangan. Kondisi ini pun tergambar jelas di kampus-kampus. Seharusnya menjalankan peran maksimal sebagai agen perubahan, yang terjadi justru berkembangnya budaya hedonisme di kampus-kampus. Mahasiswa sekarang cenderung mendewakan kesenangan dan kenikmatan dalam menjalani hidup. Kepedulian terhadap lingkungan sekitar terlupakan oleh kilau kenikmatan sesaat. Sisi kehidupan mahasiswa saat ini telah dihadapkan pada berbagai godaan yang menarik dan menggiurkan sehingga bisa menyimpang dari idealisme hakiki manusia. Gaya hidup mahasiswa saat ini adalah gaya hidup konsumtif kelas menengah ke atas yang dicirikan dengan kemampuan mengonsumsi produk dan gaya hidup yang serba modern. Mahasiswa sering kali digambarkan sibuk berpacaran dengan gaya hidup yang menonjolkan tampilan fisik. Fenomena *hura-hura oriented* kerap ditemui di kampus. Semakin jarang terdengar percakapan akademis di lingkungan mahasiswa. Percakapan mereka lebih didominasi masalah fashion, sinetron dan film terbaru, serta aneka bentuk hedonisme lainnya.

Penyataan ini sungguh ironis mengingat mahasiswa merupakan generasi penerus bangsa dan di pundak mahasiswalah harapan semua orang bertumpu. Mahasiswa yang terpengaruh budaya konsumtif dan sulit melepaskan diri dari pengaruh teman-temannya yang sama-sama berperilaku konsumtif perlahan-lahan akan kehilangan daya pikir, logika, nalar, dan analisisnya.

Gaya hidup hedonis sangat menarik bagi mahasiswa. Dimana budaya hedonis ini memandang bahwa kenikmatan adalah tujuan hidup sehingga budaya ini memikat para mahasiswa. Mahasiswa yang seharusnya belajar dikampus untuk mengembangkan dirinya tapi akibat dampak dari budaya hedonis membuat para mahasiswa berada dalam kondisi yang sangat memperhatikan. Dalam waktu yang sangat singkat muncullah fenomena baru akibat paham ini. Fenomena yang muncul, ada kecenderungan untuk lebih memilih hidup enak, mewah, dan serba kecukupan tanpa harus bekerja keras. Titel “remaja yang gaul dan *funky*” baru melekat bila mampu memenuhi standar tren saat ini. Yaitu minimal harus mempunyai gadget smartpone, lalu baju serta dandanan yang selalu mengikuti mode. Beruntung bagi mereka yang termasuk dalam golongan berduit, sehingga dapat memenuhi semua tuntutan kriteria tersebut. Tetapi tidak semua orang beruntung dengan memiliki harta yang cukup untuk memenuhi kebutuhan mereka, bagi orang yang tidak beruntung itu sering mengambil jalan pintas dan berakhir dengan penjara atau kematian.

Mahasiswa punya tugas untuk mengemban amanah sebagai penerus bangsa tapi sungguh ironis keadaan sekarang yang memperlihatkan perilaku yang cenderung hedonis. Apatis, itulah kata-kata yang tepat untuk menggambarkan sikap para mahasiswa masa kini. Perhatikanlah lingkungan kampus, sebuah tempat belajar yang dihuni orang-orang muda berpendidikan. Sebagian besar dari mereka menghabiskan waktu dan uangnya untuk berburu kesenangan di tempat-tempat hiburan. Lihat pula kematian kelompok-kelompok diskusi, mahasiswa lebih suka memberikan apresiasi pada kegiatan

hiburan dari pada aksi seminar dan penelitian. Jika ada pertunjukan musik di kampus, misalnya di auditorium, kawasan itu sesak oleh banyaknya mahasiswa. Tetapi menjadi sepi saat berlangsung kegiatan akademik seperti seminar dan diskusi publik lainnya. Setiap malam, kawasan kampus ramai bukan karena kegiatan akademik, namun oleh sekumpulan mahasiswa yang begadang hingga dinihari untuk kegiatan yang tidak jelas.

Prof. Masrukhi (kompas 2011) yang menyatakan bahwa 10% mahasiswa merupakan mahasiswa idealis sedangkan 90% merupakan mahasiswa hedonis. Hal ini menunjukkan bahwa saat ini banyak mahasiswa yang lebih berorientasi pada gaya hidup dan menyatakan bahwa 90% merupakan mahasiswa rekreatif yang berorientasi pada gaya hidup *glamour* dan bersenang senang.

Jika perilaku hedonisme dibiarkan saja, ini akan menjadi racun bagi dunia pendidikan, terutama pendidikan tinggi. Membiarkan racun bersarang dalam tubuh kampus sama artinya menyediakan pembunuh karakter intelektual atas mahasiswa dan civitas akademika. Budaya negatif ini telah mengikis *sense of crisis* generasi muda terhadap berbagai permasalahan bangsa. Jangankan peduli negara, kebijakan di Universitas pun jarang direspon.

Berkenaan dengan perilaku hedonis tersebut di fakultas ekonomi prodi akuntansi ada beberapa mahasiswa yang memperlihatkan bahwa mereka memiliki perilaku hedonis, hal ini dibuktikan langsung melalui hasil dari observasi langsung yang dilakukan oleh peneliti. Ini dikarenakan mahasiswa cenderung memperlihatkan perilaku seperti mengerjakan tugas dari dosen

hanya copy paste di internet, membeli barang yang tujuannya hanya untuk pamer dengan teman yang lain, waktu dikampus dihabiskan di katin dari pada di perpustakaan dan mahasiswa hanya mementingkan dirinya sendiri prinsipnya adalah yang penting hidup mereka senang. Sebenarnya di fakultas ekonomi sudah banyak tempat untuk menghilangkan perilaku hedonis seperti mengikuti berbagai organisasi yang ada di fakultas ekonomi. Namun demikian, organisasi tidak menarik bagi mereka.

Pada kenyataannya mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Magelang yang memiliki perilaku Hedonisme yang indikatornya yaitu (1) Aktifitas (Apa yang mereka lakukan, apa yang mereka beli). (2) Minat (Apa yang dianggap penting disekitarnya, apa yang menjadi prioritasnya). (3) Opini (Bagaimana iya memandang baik diri sendiri maupun orang lain). Melihat hal yang demikian ini peneliti merasa terpanggil untuk melakukan penelitian terhadap mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Magelang yang memiliki perilaku hedonisme agar mampu merubah pandangannya yang semula *irrational* menjadi *rasional* melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* untuk mengurangi perilaku hedonisme.

Salah satu solusi yang dapat di tawarkan untuk mengatasi permasalahan diatas yaitu konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy*. Hal ini ditujukan agar pandangan mahasiswa yang *irrational* dapat menjadi pandangan yang *rasional* sehingga perilaku yang *negative* kearah yang lebih positif.

Latipun (2001: 196) dalam pandangan behavioral, kepribadian manusia hakikatnya adalah perilaku. Perilaku di bentuk berdasarkan hasil dari segenap pengalamannya berupa interaksi individu dengan lingkungannya.

Ellis berpandangan bahwa orang yang berkeyakinan *rasional* akan mereaksi peristiwa-peristiwa yang dihadapi dengan melakukan sesuatu secara realistik. Sebaliknya, jika orang berkeyakinan *irrasional* dalam menghadapi berbagai peristiwa, akan mengalami hambatan emosional, seperti perasaan cemas menganggap ada bahaya sedang mengancam dan pada akhirnya akan melakukan atau mereaksi peristiwa secara tidak realistis.

Peneliti melihat bahwa perilaku hedonisme yang di lakukan oleh mahasiswa adalah sebuah pikiran irrasional yang secara tidak sadar mahasiswa berperilaku yang negative.

Berdasarkan kondisi tersebut di atas dalam rangka untuk membantu mahasiswa maka penulis melaksanakan penelitian menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy*. Pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* merupakan *therapy* yang sangat komprehensif, yang menangani masalah yang berhubungan dengan emosi, kognisi dan perilaku. Pada dasarnya tujuan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* adalah membentuk pribadi atau kelompok yang *rasional*, dengan jalan mengganti cara-cara berpikir yang *irrasional*. Dalam pandangan Ellis, cara berpikir irrasional itu lah yang menjadikan individu mengalami gangguan perilaku dan karena itu cara-cara berpikirnya harus diubah menjadi perilaku yang positif (*Rasional*). Latipun (2008:122).

Sesuai dengan latar belakang tersebut di atas, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian “pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* untuk mengurangi perilaku hedonisme pada mahasiswa”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian mengenai latar belakang, maka masalah yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah apakah konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* efektif digunakan untuk mengurangi perilaku hedonisme dikalangan mahasiswa ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* untuk mengurangi perilaku **hedonisme** pada mahasiswa.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Berkenaan dengan aspek teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan pengetahuan mengenai konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* dalam mengurangi perilaku hedonisme pada mahasiswa. Dengan kata lain bahwa hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai paradigma alternatif dalam mengurangi perilaku hedonisme mahasiswa dan remaja pada umumnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Fakultas FKIP khususnya prodi Bimbingan Konseling, penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan bagi dosen maupun pihak Fakultas sebagai bahan untuk memahami perilaku hedonisme di kalangan mahasiswa khususnya di Prodi Bimbingan Konseling.
- b. Bagi Peneliti, penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah keilmuan peneliti tentang Konseling Kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* dapat mengurangi Perilaku Hedonisme di kalangan mahasiswa.
- c. Bagi Mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat membantu Mahasiswa dalam bertingkah laku kearah yang positif dan mengurangi perilaku hedonisme.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hedonisme

Manusia diperlengkapi dengan berbagai daya kemampuan (*faculty*). Ada kemampuan indrawi, intelektual, dan spiritual. Perwujudan daya-daya kemampuan itu membawa rasa nikmat tersendiri. Hal demikian menunjukkan bahwa ada beberapa tingkat dan macam kenikmatan. Ada kenikmatan indrawi karena dorongan pancaindra, satu, beberapa, atau semua bisa terpenuhi. Kenikmatan intelektual merupakan buah pemenuhan kemampuan budi entah keingintahuan kesampaian atau pemahaman baru, lebih mendalam, lebih berarti, diperoleh. Kenikmatan estetis terjadi manakala hasrat akan keindahan manusia mendapatkan saluran lewat imajinasi atau karya seni.

Penjelasan diatas menjelaskan tentang beberapa tingkat kenikmatan yang diperoleh oleh manusia dalam kehidupannya. Penulisan ini peneliti lebih menekankan pembahasan tentang pengertian hedonisme, gaya hidup hedonis, aspek-aspek gaya hidup hedonis dan faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup hedonis.

1. Pengertian hedonisme

Hedonisme merupakan pandangan yang menjadikan kesenangan dan kenikmatan materi sebagai tujuan utama dalam hidup. Tujuannya adalah kepuasan dan kesenangan hidup di dunia, semuanya kemudian diukur dengan kebendaan berupa harta, uang dan semua yang tampak dari luanya saja. Orang yang senang itu menurut mereka adalah yang harta bendanya banyak dan orang yang bahagia itu adalah orang yang senang.

Hedonisme adalah pandangan hidup yang menganggap bahwa orang akan bahagia dengan mencari kebahagiaan sebanyak mungkin dan sedapat mungkin menghindari perasaan-perasaan yang menyakitkan. (Tim penyusun kamus, 2000)

Menurut Sujanto (Sumartono,2002:76) menjelaskan bahwa hedonisme adalah pandangan hidup yang menganggap kenikmatan dan kesenangan adalah tujuan utama hidup.

Penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa hedonisme adalah suatu pandangan atau perilaku seseorang yang bertujuan untuk selalu mencari kesenangan dan menganggap kenikmatan adalah kunci kebahagiaan.

2. Gaya Hidup Hedonis

Gaya hidup merupakan cara hidup seseorang atau perilaku seseorang yang ditunjukkan dalam aktivitas, minat dan opini khususnya yang berkaitan dengan citra diri untuk merefleksikan status sosialnya. Gaya hidup merupakan *frame of reference* yang dipakai seseorang dalam bertingkah laku dan konsekuensinya akan membentuk pola perilaku tertentu.

Menurut Supranto (2011:143) menjelaskan bahwa gaya hidup hedonis mempengaruhi aspek perilaku konsumsi seseorang konsumen. Gaya hidup seseorang merupakan fungsi karakteristik atau sifat individu yang sudah dibentuk melalui interaksi lingkungan, orang yang semula tidak boros (hemat) menjadi pemboros setelah bergaul dengan orang-orang yang pemboros. Gaya hidup seseorang mempengaruhi perilaku pembelian,

yang bisa menentukan banyak keputusan konsumsi perorangan, jadi gaya hidup bisa berubah karena pengaruh lingkungan.

Menurut Levan's dan Linda (Rianton, 2012:120) gaya hidup *hedonism* adalah pola perilaku yang dapat diketahui dari aktifitas, minat maupun pendapat yang selalu menekankan pada kesenangan hidup. Sedangkan menurut Susianto (Rianton, 2012:125) menjelaskan bahwa gaya hidup *hedonis* adalah hidup yang mengarahkan aktifitasnya untuk mencari kesenangan hidup dan aktifitas tersebut berupa menghabiskan waktu diluar rumah, lebih banyak bermain, senang pada keramaian kota, senang membeli barang yang kurang diperlukan dan selalu ingin menjadi pusat perhatian.

Menurut Susanto (Martha, 2008:80) menyatakan bahwa atribut kecenderungan gaya hidup *hedonis* meliputi lebih senang mengisi waktu luang di mall, kafe, dan makanan siap saji (*Fast Food*), serta memiliki sejumlah barang dengan merek prestisius. Kecenderungan gaya hidup *hedonis* biasanya akan berusaha agar sesuai dengan status social hedon, 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 status sosial yang tinggi (Martha, 2008). Sedangkan menurut Sujanto (Masmuadi,2007:56) menjelaskan bahwa gaya hidup *hedonis* yang berorientasi pada kesenangan umumnya banyak ditemukan dikalangan Remaja maupun Mahasiswa. Hal ini karena Mahasiswa mulai mencari identitas diri melalui penggunaan symbol status seperti mobil, pakaian, dan pemilikan barang barang lain yang mudah terlihat.

Penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa gaya hidup hedonis adalah gaya hidup atau perilaku sebagai cara hidup seseorang yang di dapatkan melalui hasil interaksi dengan lingkungannya yang bertujuan memperoleh kesenangan dan kenikmatan.

3. Aspek Aspek Gaya Hidup Hedonis

Menurut Mowen dan Minor (2002:283) gaya hidup memiliki beberapa aspek berupa pernyataan, Aktivitas : bagaimana mereka menghabiskan waktunya. Minat : apa yang dianggap penting disekitarnya. Opini: bagaimana mahasiswa memandang baik diri sendiri maupun terhadap orang lain.

Senada dengan pendapat diatas Kotler (2005:210) mengemukakan aspek gaya hidup hedonis adalah pola hidup seseorang yang di ekspresikan dalam 3 hal yaitu :

a. Minat

Minat diartikan sebagai apa yang menarik dari suatu lingkungan individu tersebut dengan memperhatikannya. Minat dapat muncul terhadap suatu objek, peristiwa, atau topik yang menekankan pada unsur kesenangan hidup. Antara lain Fashion, makanan, benda-benda mewah, tempat berkumpul, dan selalu ingin menjadi pusat perhatian.

Sesuatu yang menarik dari lingkungan sehingga individu merasa senang untuk memperhatikannya. Minat dapat muncul terhadap suatu objek, peristiwa atau topik yang menekankan pada unsur kesenangan hidup. Minat gaya hidup hedonis dapat berupa ketertarikan individu terhadap barang-barang mahal dan mewah, perhatian khusus pada nilai

prestise yang dimiliki suatu barang atau aktivitas serta keinginan individu untuk melakukan berbagai aktivitas atau perilaku yang mewakili gaya hidup yang diinginkannya.

b. Aktifitas

Aktifitas yang dimaksud adalah cara individu menggunakan waktunya yang berwujud tindakan nyata yang dapat dilihat. Misalnya lebih banyak menghabiskan waktu diluar rumah, lebih banyak membeli barang barang yang kurang diperlukan, pergi ke pusat perbelanjaan dan kafe.

Aktivitas sebagai cara individu mempergunakan waktunya yang berwujud tindakan nyata dalam kegiatan yang bertujuan mencari kesenangan semata dengan konsekuensi biaya cukup besar, aktivitas dapat berupa berbelanja dengan harga mahal dan frekuensi yang cukup sering. Menghabiskan malam ditempat hiburan khusus dengan biaya mahal serta kegiatan rutin seperti makan,minum yang dilakukan ditempat-tempat tertentu dengan biaya besar dan menimbulkan kesan mewah.

c. Opini

Opini adalah pendapat seseorang yang diberikan dalam merespon situasi ketika muncul pertanyaan pertanyaan atau tentang isu isu sosial dan produk produk yang berkaitan dengan hidup.

Opini 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 diperukan atau harus dilakukan untuk menunjang gaya hidupnya.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Gaya Hidup Hedonisme

Menurut Amstrong (Nugrahen,2015:15). Faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup hedonis adalah budaya, nilai, demografik, kelas sosial, kelompok rujukan atau kelompok acuan, keluarga, kepribadian, motivasi, dan emosi. Loudon dan Bitta (dalam Martha, 2008:76) menyatakan bahwa faktor faktor yang mempengaruhi gaya hidup seseorang ada dua faktor yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu (internal) dan faktor dari luar individu (eksternal).

a. Faktor internal yaitu sikap, pengalaman, dan pengamatan, kepribadian, konsep diri, motif, dan persepsi dengan penjelasannya sebagai berikut :

1) Sikap

Sikap berarti suatu keadaan jiwa dan keadaan pikir yang dipersiapkan untuk memberikan tanggapan terhadap suatu objek yang doorganisasi melalui pengalaman dan mempengaruhi secara langsung pada perilaku.Keadaan jiwa tersebut sangat dipengaruhi oleh tradisi, kebiasaan, kebudayaan dan lingkungan socialnya.

2) Pengalaman dan Pengamatan

Pengalaman dapat mempengaruhi pegamatan social dalam tingkah laku, pengalaman dapat diperoleh dari semua tindakannya dimasa lalu dan dapat dipelajari, melalui belajar orang akan dapat memperoleh

pengalaman. Hasil dari pengalaman social akan dapat membentuk pandangan terhadap suatu objek.

3) Kepribadian

Kepribadian adalah konfigurasi karakteristik individu dan cara berperilaku yang menentukan perbedaan perilaku dari setiap individu.

4) Konsep Diri

Faktor lain yang menentukan kepribadian individu adalah konsep diri. Konsep diri sudah amat luas dikenal untuk menggambarkan hubungan antara konsep diri konsumen dan image merek. Bagaimana individu memandang dirinya akan mempengaruhi minat terhadap suatu objek. Konsep diri sebagai inti dari pola kepribadian akan menentukan perilaku individu dalam menghadapi permasalahan dalam hidupnya, karena konsep diri merupakan *fram of reference* yang menjadi awal perilaku.

5) Motif

Perilaku individu muncul karena adanya motif kebutuhan untuk merasa aman dan kebutuhan terhadap prestise merupakan beberapa contoh tentang motif. Jika motif seseorang terhadap kebutuhan akan prestise itu besar maka akan membentuk gaya hidup *hedonis*.

6) Persepsi

Persepsi adalah proses dimana seseorang memilih, mengatur, dan menginterpretasikan informasi untuk membentuk suatu gambar yang berarti mengenai dunia.

b. Faktor eksternal

1) Kelompok Referensi

Kelompok referensi adalah kelompok yang memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap perilaku seseorang. Kelompok yang memberikan pengaruh langsung adalah kelompok dimana individu menjadi anggotanya dan saling berinteraksi, sedangkan kelompok yang memberikan pengaruh tidak langsung adalah kelompok dimana individu tidak menjadi anggota didalam kelompok tersebut. Pengaruh kelompok tersebut akan mempengaruhi individu pada perilaku dan gaya hidup tertentu.

2) Keluarga

Keluarga memegang peranan terbesar dan terlama dalam pembentukan sikap dan perilaku individu. Hal ini karena pola asuh orang tua akan membentuk kebiasaan anak secara tidak langsung mempengaruhi pola hidupnya.

3) Kelas Sosial

Kelas sosial adalah sebuah kelompok yang *relative homogeny* dan bertahan lama dalam sebuah masyarakat, yang tersusun dalam sebuah urutan jenjang, dan para anggota dalam setiap jenjang itu memiliki nilai, minat dan tingkah laku yang sama. Ada dua unsur pokok dalam sistem sosial pembagian kelas dalam masyarakat, yaitu kedudukan (status) dan peranan. Kedudukan sosial artinya tempat seseorang dalam lingkungan pergaulan, peristise hak haknya serta kewajibannya. Kedudukan sosial ini dapat dicapai oleh seseorang

dengan usaha yang disengaja maupun diperoleh karena kelahiran. Peranan merupakan aspek yang dinamis dari kedudukan. Apabila individu melaksanakan hak dan kewajibannya sesuai dengan kedudukannya maka ia menjalankan suatu peranan.

4) Kebudayaan

Kebudayaan yang meliputi pengetahuan, kepercayaan, kesenian, moral, hukum, adat istiadat, dan kebiasaan-kebiasaan yang diperoleh individu sebagai anggota masyarakat. Kebudayaan terdiri dari segala sesuatu yang dipelajari dari pola-pola perilaku yang normatif, meliputi ciri-ciri pola pikir, merasakan dan bertindak.

B. *Rational Emotive Behavioral Therapy*

1. Pengertian *Rational Emotive Behavioral Therapy*

Rational Emotive Behavioral Therapy dikembangkan oleh Albert Ellis pada tahun 1962. *Rational Emotive* adalah aliran yang berusaha memahami manusia sebagaimana adanya. Manusia adalah makhluk berbuat dan berkembang yang merupakan individu dalam satu kesatuan yang berarti manusia bebas, berfikir, bernafas, dan berkehendak. (Willis 2004:75).

Selain itu menurut W.S Winkel (2004:54) dalam bukunya “bimbingan dan konseling” di institusi pendidikan adalah pendekatan konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi dengan akal sehat, berperasaan dan berperilaku, serta menekankan pada perubahan yang mendalam cara berpikir dan berperasaan yang berakibat pada perubahan perasaan dan perilaku.

Penjelasan diatas dapat di tarik kesimpulan. Bahwa *Rational Emotive Behavioral Therapy* merupakan *Rational Emotive Behavioral Therapy* yang berusaha menghilangkan cara berpikir klien yang tidak logis, tidak rasional dan menggantinya dengan sesuatu yang logis. Dan rasional dengan cara mengonfrontasikan klien dengan keyakinan keyakinan irasionalnya serta menyerang, menentang, mempertanyakan serta membahas keyakinan keyakinan irasional.

2. Konsep konsep dasar *Rational Emotive Behavioral Therapy*

Konsep dasar *Rational Emotive Behavioral Therapy* ini mengikuti pola yang di dasarkan pada teori A-B-C, yaitu: A = Activating Experience (pengalaman aktif) suatu keadaan, fakta, peristiwa, atau tingkah laku yang dialami individu. Sedangkan B = Belief System (cara individu memandang suatu hal). Pandangan dan penghayatan individu terhadap A. dan sedangkan yang C = Emotional Consequence (akibat emosional). Akibat emosional atau reaksi positif atau negative. Gerald Corey (2013:225)

Bradley T Erford (2016:270), Teori A B C adalah teori tentang kepribadian individu dari sudut pandang pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT), kemudian ditambahkan D dan E untuk megakomodasi perubahan dan hasil yang di inginkan dari perubahan tersebut. Selanjutnya ditambahkan G yang diletakkan di awal untuk memberikan konteks pada kepribadian individu.

Tabel 1. Konsep dasar *Rational Emotive Behavioral Therapy*

G	(goals) atau tujuan tujuan, yaitu tujuan fundamental
A	(activating events in a person's life) atau kejadian yang mengaktifkan atau mengakibatkan individu
B	(Beliefs) atau keyakinan baik rasional maupun irasional
C	(consequences) atau konsekuensi baik emosional maupun tingkah laku
D	(disputing irrational belief) atau melakukan dispute pikiran irasional
E	(effective new philosophy of life) atau mengembangkan filosofi hidup yang efektif
F	(further action/new feeling) atau aksi yang akan dilakukan lebih lanjut dan perasaan baru yang dikembangkan

Menurut pandangan Ellis, A (pengalaman aktif) tidak langsung menimbulkan perilaku C (akibat emosional) namun bergantung pada B (belief system). Hubungan dan teori A-B-C yang di dasari tentang *Rational emotive*.

Teori *Rational Emotive Behavioral Therapy* tersebut sasaran utama yang harus di ubah adalah B (belief system) yaitu bagaimana bagaimana caranya seseorang memandang atau menghayati sesuatu yang irasional.

Menurut Nelson dan Jones (2011:111) dalam buku “teori dan Teknik Konseling” pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* memiliki tiga (3) hipotesis fundamental yang menjadi landasan berfikir dari teori ini, yaitu:

- a. Pikiran dan emosi saling berkaitan.
- b. Pikiran dan emosi biasanya saling mempengaruhi satu sama lain, keduanya bekerja seperti lingkaran yang memiliki hubungan

sebab akibat, dan pada poin tertentu, pikiran dan emosi menjadi hal yang sama

- c. Pikiran dan emosi cenderung berperan dalam self talk (perbincangan dalam diri individu yang kerap kali diucapkan oleh individu sehingga menjadi pikiran dan emosi). Sehingga pernyataan internal individu sangat berarti dalam menghasilkan dan memodifikasi emosi individu.

3. Tujuan *Rational Emotive Behavioral Therapy*

Gerald Corey (2007:220) .“Dalam buku teori dan praktek konseling psikoterapi” ellis menjelaskan bahwa banyak jalan yang digunakan dalam *Rational Emotive Behavioral Therapy* yang diarahkan pada satu tujuan utama, yaitu : meminimalkan pandangan yang mengalahkan diri dari klien dan membantu klien memperoleh filsafat hidup yang lebih realistik.

4. *Rational Emotive Behavioral Therapy* dalam konseling kelompok

Kurnanto, M. Edi (2013). *Rational Emotive Behavioral Therapy* sangat cocok digunakan dalam kelompok karena semua anggota dalam kelompok diajari untuk menerapkan prinsip prinsip *Rational Emotive Behavioral Therapy*. Mereka memperoleh kesempatan untuk mempraktekkan tingkah laku tingkah laku baru yang melibatkan pengambilan resiko. Dalam setting kelompok ini para mahasiswa yang tergabung di dalamnya mendapatkan kesempatan untuk menonton video yang berkaitan dengan perilaku hedonism setelah menonton video peneliti dan peserta berdiskusi terkait bahaya perilaku hedonism, selain

berdiskusi harapannya juga dalam setting klasikal ini peserta dalam kelas dapat saling bertukar pengalaman terkait dengan perilaku hedonism sehingga dapat bisa melihat baik buruknya perilaku hedonism dalam keseharian mahasiswa. Dalam *Rational Emotive Behavioral Therapy* individual, klien biasanya memberikan laporan laporan after the fact, tetapi dalam setting kelompok para anggota bisa melibatkan diri kedalam peristiwa kontak kontak kelompok yang dirancang untuk menunjang suatu perubahan filosofis yang radikal. Ellis menyarankan agar kebanyakan klien mengalami *Rational Emotive Behavioral Therapy* kelompok pada beberapa butir dalam *Rational Emotive Behavioral Therapy* tersebut.

5. Teknik Teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy*

Dalam buku *konseling kelompok* Oemarjoedi (Rusmana 2009), *Rational Emotive Behavioral Therapy* menggunakan berbagai teknik yang bersifat kognitive, efektif, behavioral, yang disesuaikan dengan kondisi klien.

a. Teknik Teknik Emotif

1) Teknik assertive training, yaitu teknik yang digunakan untuk melatih mendorong dan membiasakan konseli untuk secara terus menerus menyesuaikan dirinya sendiri dengan perilaku terutama yang diinginkan.

2) Teknik sosiodrama, yang dipergunakan untuk mengekspresikan sebagai jenis perasaan yang menekan (prasaan prasaan negative) melalui suatu suasana yang di

dramatisasikan sedemikian rupa sehingga konseli dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri secara lisan, tulisan, melalui gerakan dramatis.

- 3) Teknik self modeling atau biasa disebut diri sebagai model, yakni teknik yang digunakan untuk meminta konseli agar “berjanji” atau mengadakan komitmen dengan konselor untuk menghilangkan prasaan tertentu.
 - 4) Teknik imitasi yaitu digunakan dimana konseli diminta untuk meniru secara terus menerus suatu model perilaku tertentu dengan maksud menghadapi dan menghilangkan perilakunya sendiri yang negatif.
- b. Teknik Teknik Behavioristik
- 1) Teknik reinforcement atau disebut dengan “penguatan” yaitu teknik yang digunakan untuk mendorong konseli ke arah perilaku yang lebih rasional dan logis dengan untuk jalan memberikan pujian verbal (reward) ataupun punishment (hukuman)
 - 2) Teknik social modeling (pemodelan social) yaitu teknik yang digunakan untuk memberikan perilaku perilaku yang baru pada konseli.
 - 3) Teknik live models (model dari kehidupan nyata) yaitu teknik yang digunakan untuk menggambarkan perilaku perilaku tertentu, khususnya situasi situasi interpersonal yang kompleks

dalam bentuk percakapan social, interaksi dengan memecahkan masalah masalah.

c. Teknik Teknik Kognitif

1) Home Work Assignment (pemberian tugas rumah). Dalam teknik ini, konseli diberikan tugas tugas rumah untuk melatih, membiasakan diri dan menginternalisasikan system nilai tertentu yang menurut pola perilaku yang diharapkan.

2) Teknik Assertve. Teknik ini digunakan untuk melatih keberanian konseli dalam mengeksperisikan perilaku perilaku tertentu yang diharapkan melalui role playing atau bermain peran, rehearsal atau latihan, dan social modeling atau menirukan model model lain.

C. **Konseling Kelompok**

1. Pengertian konseling kelompok

Konseling merupakan proses intervensi yang bersifat membantu individu untuk meningkatkan pemahaman tentang diri sendiri dan hubungannya dengan orang lain. Layanan dalam bimbingan dan konseling yang diberikan kepada mahasiswa adalah layanan Konseling kelompok. Konseling kelompok memberikan kesempatan kepada setiap anggota kelompok untuk menggali setiap masalah yang dialami oleh anggota kelompok yang menjadi konseli dalam konseling kelompok.

Beberapa ahli mengemukakan mengenai pengertian konseling kelompok, menurut Pauline Harrison (2002:156) adalah konseling yang terdiri dari 4 sampai 8 konseli yang bertemu dengan 1 sampai 2

konselor. Dalam prosesnya, konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan harga diri, dan keterampilan keterampilan dalam mengatasi masalah. Hal yang senada juga diungkapkan oleh Juntika Nurihsan (2006: 24) yang mengatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.

Sedangkan Kurnanto, M. Edi (2013) menjelaskan konseling kelompok adalah merupakan suatu proses interpersonal yang dinamis yang memusatkan pada usaha dalam berfikir dan tingkah laku, serta melibatkan pada fungsi fungsi *Rational Emotive Behavioral Therapy* yang dimungkinkan, serta berorientasi pada kenyataan kenyataan, membersihkan jiwa, saling percaya mempercayai, pemeliharaan, pengertian, penerimaan dan bantuan.

Konseling kelompok lebih memfokuskan pada pengembangan pribadi, yaitu membantu individu individu dengan cara mendorong pencapaian tujuan perkembangan dan memfokuskan pada kebutuhan dan kegiatan belajarnya. Kelompok juga dapat digunakan untuk belajar mengekspresikan perasaan, menunjukkan perhatian terhadap orang lain dan berbagi pengalaman.

Kegiatan konseling kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa

konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensi secara maksimal sehingga dapat mewujudkan diri.

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok adalah proses konseling yang dilakukan dalam dinamika kelompok untuk memecahkan masalah konseli serta pengembangan pribadi.

Kaitanya dalam penelitian ini, layanan konseling kelompok merupakan salah satu layanan dalam Bimbingan dan Konseling yang digunakan oleh peneliti untuk meminimalkan perilaku hedonis di kalangan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Magelang Fakultas Ekonomi prodi Akuntansi.

2. Tujuan Konseling Kelompok

Pemberian layanan konseling kelompok tidak hanya sekedar pemberian layanan secara berkelompok, tetapi layanan konseling kelompok mempunyai suatu tujuan. Menurut Brown, (2009:85) berpendapat bahwa ketika pemimpin sepenuhnya memahami tujuan dari kelompok, lebih mudah baginya untuk hal-hal seperti ukuran, keanggotaan, panjang sesi, dan jumlah sesi dalam kelompok. Sementara itu menurut Hulse-Killacky dan Donigian (2001:76) tujuan dari kelompok berfungsi sebagai peta bagi pemimpin. Anggota dan pemimpin harus jelas tentang kedua tujuan umum dan tujuan spesifik setiap sesi kelompok. Kadang-kadang tujuannya adalah jelas, seperti

mengurangi phobia, mengurangi perilaku hedonis atau belajar keterampilan belajar.

Sedangkan menurut Prayitno (2004:55) tujuan konseling kelompok adalah terpecahkannya masalah masalah yang dialami oleh konseli (anggota kelompok). Lain lagi dengan yang diungkapkan oleh Wibowo (2002: 20) mengatakan bahwa tujuan yang ingin dicapai dalam layanan konseling kelompok adalah pengembangan pribadi, pembahasan dan pemecahan masalah pribadi yang dialami oleh konseli agar terhindar dari masalah dan masalah terselesaikan dengan cepat yang di bantu oleh anggota kelompok yang lain.

Sementara itu menurut Winkel (2004:45), tujuan umum layanan konseling kelompok, Yaitu:

- a. Masing masing anggota kelompok memahami dirinya dengan baik dan menemukan dirinya sendiri. Berdasarkan pemahaman diri itu dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek aspek positif dalam kepribadiannya.
- b. Para anggota kelompok mengembangkan kemampuan komunikasi satu sama lain sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas tugas perkembangan yang khas pada fase perkembangan mereka.
- c. Para anggota kelompok memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula mula dalam kontak pribadi dan kemudian juga dalam kehidupan sehari hari diluar kelompoknya.

- d. Para anggota kelompok menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain, kepekaan dan penghayatan ini akan lebih membuat mereka sensitif juga terhadap kebutuhan kebutuhan dan perasaan perasaan sendiri.
- e. Masing masing anggota kelompok menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
- f. Para anggota kelompok lebih berani melangkah maju dan menerima resiko yang wajar dalam bertindak, daripada tinggal diam dan tidak berbuat apa apa.
- g. Para anggota kelompok lebih menyadari dan menghayati makna dan kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima oleh orang lain.
- h. Masing masing anggota kelompok semakin menyadari bahwa hal hal yang memprihatinkan bagi dirinya sendiri kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain. Dengan demikian dia tidak merasa terisolir, atau salah olah hanya dia yang mengalami kejadian ini dan itu.
- i. Para anggota kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota anggota yang lain secara terbuka, dengan saling menghargai dan menaruh perhatian. Pengalaman bahwa komunikasi demikian

dimungkinkan akan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang-orang yang dekat dikemudian hari.

Bagi konseli, konseling kelompok dapat bermanfaat sekali karena melalui interaksi dengan anggota-anggota kelompok, mereka akan mengembangkan berbagai keterampilan yang pada intinya meningkatkan kepercayaan diri (*self confidence*) dan kepercayaan terhadap orang lain. Dalam dinamika kelompok konseli merasa lebih mudah membicarakan persoalan-persoalan yang konseli hadapi daripada konseli mengikuti sesi konseling individual.

Adapun kaitannya dalam penelitian ini, tujuan layanan konseling kelompok dalam penelitian ini adalah pembahasan dan pemecahan masalah yang dialami oleh konseli yaitu masalah perilaku hedonis dengan bantuan anggota kelompok yang lain serta pengembangan diri konseli dan anggota kelompok yang lain sehingga dapat meminimalkan perilaku hedonis dikalangan mahasiswa.

3. Pendekatan Pendekatan Konseling Kelompok

Kurnanto, M. Edi (2013:12). Layanan konseling selalu dilandaskan pada berbagai teori konseling yang telah dikembangkan oleh para tokohnya. Layanan konseling kelompok merupakan satu jenis layanan yang juga dikembangkan dari berbagai teori tersebut. Dalam konteks ini, mari kita melihat layanan konseling kelompok bersandar pada teori-teori yang sudah ada.

a. *Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavioral Therapy*

Pendekatan ini dikembangkan oleh Alber Ellis pada pertengahan tahun 1950 an. Pendekatan ini dikenal dengan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT). Ellis merupakan seorang ahli yang sangat rajin dalam bekerja memberikan pelayanan psiko *Rational Emotive Behavioral Therapy*, baik secara individual maupun dalam situasi kelompok.

Rational Emotive Behavioral Therapy Behavioral terpisah secara radikal dari beberapa system lain seperti Pendekatan psikoanalitik, pendekatan Eksistensi humanistic, Pendektan Client Centered, Dan Gestalt. *Rational Emotive Behavioral Therapy* lebih banyak kesamaannya dengan *Rational Emotive Behavioral Therapy* yang berorientasi kognitif tingkah laku, tindakan dalam arti menitikberatkan berpikir, menilai, memutuskan, menganalisis, dan bertindak. *Rational Emotive Behavioral Therapy* sangat didaktik dan sangat direktif serta lebih banyak berurusan dengan dimensi dimensi pikiran dari pada dengan dimensi dimensi perasaan.

Rasional Emotive Behavioral Therapy yang berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berfikir rasional dan jujur maupun untuk berfikir irasional dan jahat. Manusia memiliki kecenderungan kecenderungan untuk memelihara diri, berbahagia, berfikir dan mengatakan, mencintai, bergabung

dengan orang lain, serta tumbuh dan mengaktualkan diri. *Rational Emotive Behavioral Therapy* dapat dideskripsikan sebagai gambaran konseling yang menekankan kebersamaan dan reaksi antara berfikir dan akal sehat, berperasaan, dan berperilaku.

1) Konsep Konsep Pokok

Dalam teori konseling hampir semua dikembangkan dari konsep konsep pokok. Konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy*, oleh penemunya disusun dengan beberapa konsep pokok sebagai berikut:

a) Teori A-B-C

Teori ini tentang kepribadian dan gangguan emosional merupakan unsure yang sangat penting dalam teori dan praktik pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* ini. A adalah *activating experiences* atau pengalaman pengalaman pemicu, seperti kesulitan kesulitan keluarga, kendala pekerjaan, trauma trauma masa kecil, dan hal hal yang dianggap pemicu ketidak bahagiaan. B adalah *Beliefs* yaitu keyakinan keyakinan, terutama yang bersifat irasional dan merusak diri sendir yang merupakan sumber ketidakbahagiaan kita. C adalah *consequence*, yaitu konsekuensi konsekuensi berupa gejala neurotic dan emosi emosi negative seperti panik, dendam dan amarah karena depresi yang bersumber dari keyakinan keyakinan kita yang keliru.

Rational Emotive Behavioral Therapy adalah teori tentang kepribadian individu dari sudut pandang pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT), kemudian ditambahkan D dan E untuk mengakomodasi perubahan dan hasil yang diinginkan dari perubahan tersebut. Selanjutnya, ditambahkan G yang diletakkan di awal untuk memberikan konteks pada kepribadian individu.

Nandang Rusmana (2009:50) mengatakan Ellis Menambahkan D dan E untuk rumus ABC ini. Seseorang *Rational Emotive Behavioral Therapy* harus melawan (dispute: D) keyakinan keyakinan yang irasional itu agar konselannya bisa menikmati dampak dampak (effects: E) psikologis positif dari keyakinan keyakinan yang rasional.

b) Asal mula Gangguan Emosional

Perasaan cemas, tertekan, ditolak, marah, dan dikucilkan dimulai dan diabadikan oleh system keyakinan yang cenderung mengalahkan diri sendiri didasarkan atas dasar gagasan gagasan irasional yang didepaknya tanpa kritik pada masa anak anak. Apabila orang hidup secara rasional, memiliki keyakinan yang positif, maka mereka akan cenderung merasa bahagia, santai, atau sekurang kurangnya tenang, sebaliknya, apabila seseorang tersebut menyembunyikan prasaan sinis, pesimistik, dan putus asa

maka dia akan cenderung merasa sedih, tertekan dan putus asa.

- c) Mengkonfrontasikan dan Menyerang keyakinan yang Irasional *Rational Emotive Behavioral Therapy* sebagai model konseling kognitif, mengajar orang-orang untuk mengkonfrontasikan sistem keyakinan yang menciptakan gangguan. Tujuan ini akan tercapai dengan menjelaskan bagaimana gangguan irasional mengganggu gangguan emosional, dengan menyerang gagasan-gagasan itu secara ilmiah, dan mengajar konseli tentang bagaimana konseli harus menantang pikirannya dan tentang bagaimana mengganti gagasan irasional berubah menjadi rasional.
- d) Menilai Diri (self rating)

Menurut M, Edi Kurnanto (2013:85), Ellis mengatakan kita mempunyai sesuatu kecenderungan yang kuat untuk menilai perilaku dan tindakan kita sebagai “baik” atau “buruk”. Disamping itu kita mempunyai kecenderungan menilai diri kita sendiri sebagai keseluruhan baik atau buruk berdasarkan penampilan kita. Penilaian diri konseli itu lah yang mempengaruhi perasaan atau tindakannya. Atas pemahaman tersebut konselor *Rational Emotive Behavioral Therapy* mengajar kepada konselinya agar dapat memisahkan penilaian perilakunya dengan

penilaian pribadi dan belajar untuk dapat menerima dirinya sendiri dengan ketidaksempurnaannya.

2) Tujuan Konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy*

Tujuan utama konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* adalah membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif. Secara lebih gamblang, *Rational Emotive Behavioral Therapy* mengajarkan individu untuk mengoreksi kesalahan berfikir untuk mereduksi emosi yang tidak diharapkan. Secara operasional, konseling kelompok *Rational Emotive Behavioral Therapy*, sebagaimana yang dijelaskan oleh Glading (Nandang Rusmana, 2009:65) adalah untuk:

- a) Memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berfikir, keyakinan serta pandangan pandangan konseli yang irasional berubah menjadi rasional dan logis agar konseli dapat mengembangkan diri, meningkatkan Self actualizationnya seoptimal mungkin melalui perilaku kognitif dan afektif yang positif.
- b) Menghilangkan gangguan emosional yang merusak diri sendiri seperti, rasa takut, rasa bersalah, rasa berdosa, rasa cemas, rasa was was, rasa marah sebagai konseling dari cara berfikir dan system keyakinan yang keliru dengan cara melatih dan mengajar konseli untuk menghadapi kenyataan kenyataan hidup secara rasional

dan membangkitkan kepercayaan, nilai nilai dan kemampuan diri sendiri.

Senada dengan yang diungkapkan oleh Nandang diatas, Ellis Mengatakan ada beberapa tujuan konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* yaitu:

- a) Memiliki minat diri (self interest)
- b) Memiliki minat social (social interest)
- c) Toleransi (tolerance)
- d) Memiliki pengarahan diri (self direction)
- e) Fleksibel (flexibility)
- f) Memiliki penerimaan (acceptance)
- g) Dapat menerima diri sendiri (self acceptance)
- h) Dapat menerima ketidak pastian (acceptance of uncertainty)
- i) dapat mengambil resiko (risk taking)
- j) memiliki harapan yang realistis (realistic expectation).

D. Pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* untuk mengurangi perilaku hedonism

Perilaku hedonisme adalah perilaku seseorang yang bertujuan untuk selalu mencari kesenangan dan menganggap kenikmatan adalah kunci kebahagiaan.

Rasional Emotive Behavioral Therapy yang berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berfikir rasional dan jujur maupun untuk berfikir irasional dan jahat. Manusia memiliki kecenderungan kecenderungan untuk memelihara diri, berbahagia, berfikir

dan mengatakan, mencintai, bergabung dengan orang lain, serta tumbuh dan mengaktualkan diri. *Rational Emotive Behavioral Therapy* dapat dideskripsikan sebagai gambaran konseling yang menekankan kebersamaan dan reaksi antara berfikir dan akal sehat, berperasaan, dan berperilaku.

Konseling kelompok merupakan salah satu kegiatan layanan bimbingan dan konseling dalam bentuk kelompok, dengan tujuan untuk membantu mengentaskan masalah yang dialami oleh anggota kelompok dengan dinamika kelompok. Dengan layanan konseling kelompok itulah memungkinkan para anggota kelompok (mahasiswa) dalam mengutarakan pendapatnya terkait masalah yang dialaminya maupun yang dialami salah satu anggota kelompok ataupun memberikan solusi atas masalah yang dialami oleh anggota lain

Berdasarkan apa yang telah dijelaskan diatas dapat di ambil kesimpulan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* adalah suatu bantuan terhadap konseli dalam bentuk kelompok yang berusaha memahami manusia sebagaimana adanya yang berhubungan dengan kognisi dan perilaku yang memiliki potensi untuk berfikir rasional dan irrasional. Konseling kelompok *Rational Emotive Behavioral Therapy* ini merubah yang irrasional menjadi rasional.

Mahasiswa yang memiliki perilaku hedonisme akan membentuk sikap yang apatis, pragmatis, tidak patuh terhadap aturan dan tidak mau peduli dengan lingkungannya, tidak mau dikritik sehingga hal tersebut menghambat mahasiswa untuk berkembang dan mengaktualisasikan dirinya. Perilaku hedonisme sebuah pola berpikir irrasional yang harus diubah menjadi

rasional sehingga mahasiswa dapat mengurangi perilaku hedonisme tersebut dan menjadi mahasiswa yang lebih progresif.

Konseling kelompok *Rational Emotive Therapy* dirasa efektif untuk diterapkan pada mahasiswa yang mempunyai pandangan irrasional sehingga berperilaku hedonisme. Melalui konseling kelompok *Rational Emotive Behavioral Therapy* diharapkan mahasiswa dapat mengurai perilaku hedonisme.

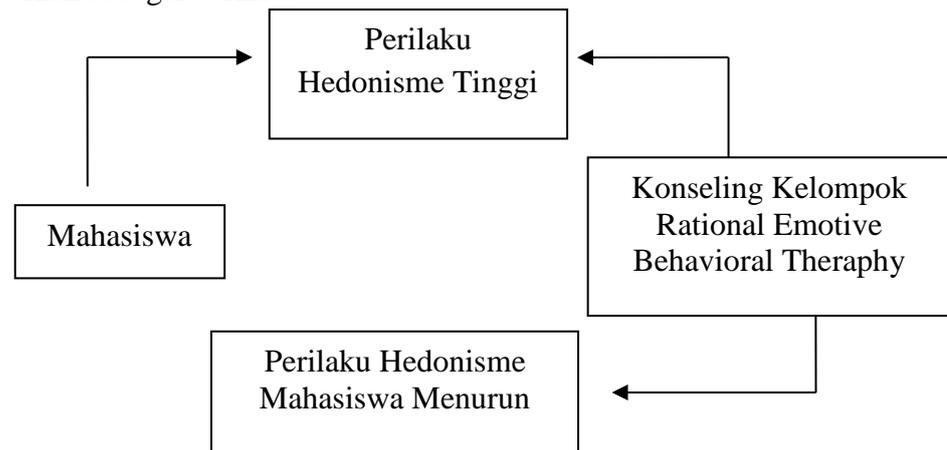
E. Kerangka Berfikir.

Mahasiswa universitas Muhammadiyah Magelang khususnya prodi akuntansi ada yang memiliki perilaku hedonisme tinggi dan ada mahasiswa yang perilaku hedonisme masih rendah, mahasiswa yang berperilaku hedonis tinggi mempunyai karakteristik perilaku seperti ingin memiliki barang-barang mewah, lebih suka menghabiskan waktunya ditempat yang menyenangkan (*Mall, shopping* dll), kurang berpartisipasi aktif dalam kegiatan didalam organisasi kampus, mengerjakan tugas dari dosen hanya *Copy Pasted* dari internet tanpa berdiskusi terlebih dahulu dengan teman-teman.

Untuk itu diperlukan upaya maupun cara untuk menurunkan perilaku hedonisme dikalangan mahasiswa. Upaya dalam menurunkan perilaku hedonisme pada mahasiswa dalam penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* diharapkan mampu menurunkan perilaku hedonisme di kalangan mahasiswa yang tinggi.

Untuk mengatasi masalah masalah yang berkaitan dengan masalah mahasiswa, para mahasiswa diberi layanan konseling kelompok dengan

pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* untuk mengurangi perilaku hedonisme di kalangan mahasiswa. Agar pikiran yang tadinya irrasional berubah menjadi rasional. Untuk lebih jelasnya kerangka berfikir digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Berpikir

Keterangan :

1. Mahasiswa yang belum diberikan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy*
2. Perilaku Hedonisme
3. Mahasiswa diberikan tindakan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy*
4. Perilaku hedonisme mahasiswa berkurang

F. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* dapat mengurangi perilaku hedonisme pada mahasiswa ekonomi prodi akuntansi.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *control group pre test-post test design*, yaitu penelitian dengan melihat perbedaan *pretest* maupun *posttest* antara kelas eksperimen dan kelas kontrol. Desain tersebut dapat dikelaskan sebagai berikut.

Tabel : 2
pre-test post-test control group design satu macam perlakuan

Group	Pre-test	Perlakuan	Post-test
KE	01	X	03
KF	02	–	04

Keterangan:

KE : Simbol untuk kelompok eksperimen

KF : Simbut Kelompok Kontrol

01 dan 03 : Pre-test

02 dan 04 : Post-Test

X : Perlakuan

– : Tidak diberi perlakuan

Langkah awal yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan memberikan tes awal *pre-test* kepada kedua kelompok untuk mengukur kondisi awal subyek penelitian sebelum diberikan perlakuan kemudian kelompok eksperimen diberikan perlakuan konseling kelompok dengan pendekatan

Rational Emotive Behavioral Therapy dan kelompok control tidak diberikan perlakuan.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel Penelitian

a. Variabel Bebas (*Independen*)

Variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab timbulnya atau berubahnya variabel dependen (variabel terikat). Variabel bebas adalah

variabel yang dimanipulasi oleh peneliti untuk menciptakan suatu dampak pada dependen variabel. Variabel ini biasanya diamati, diukur untuk diketahui hubungannya dengan variabel lain, variabel bebas dalam penelitian ini adalah Konseling Kelompok dengan pendekatan *Rational Emotiv Behavioral Therapy (REBT)* selanjutnya dalam teknik analisis data diberi simbol X.

b. Variabel Terikat (*Dependen*)

Disebut dengan variabel respon, *output*, kriteria, konsekuensi. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah perilaku hedonism yang selanjutnya diberi simbol Y.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Konseling kelompok *Rational Emotive Behavioral Therapy (X)* adalah tindakan layanan konseling yang diberikan kepada responden melalui dinamika kelompok dengan pendekatan *Rational Emotif Behavioral*

Theraphy (REBT). Konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotif BehavioralTheraphy (REBT)* yang akan dilakukan antara lain: pengenalan hedonisme, menjelaskan efek negatif hedonism, mengoreksi gaya hedonism.

2. Hedonisme merupakan ajaran/pandangan bahwa kesenangan/kenikmatan merupakan tujuan hidup untuk mencapai kepuasan duniawi. Perilaku hedonisme meliputi: minat, aktivitas, dan opini terkait hedonisme.

D. Subyek Penelitian

Subjek penelitian yaitu individu yang menjadi sasaran penelitian.

Hal-hal yang berkaitan dengan subjek penelitian meliputi:

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini ialah mahasiswa akuntansi Universitas Muhammadiyah Magelang Kota Magelang dengan jumlah subyek 40 mahasiswa .

2. Sampel

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa anggota populasi dengan perilaku hedonisme tinggi sampel berjumlah 8 mahasiswa kelompok eksperimen dan 8 mahasiswa kelompok kontrol.

3. Sampling

Penentuan sampling menggunakan teknik *purposiv sampling* yaitu penentuan sampel berdasarkan tujuan atau karakteristik yang telah ditentukan. Pengambilan sampel berdasarkan ciri-ciri yang sesuai dengan tujuan penelitian yaitu mahasiswa yang memiliki perilaku hedonisme tinggi.

E. Metode pengumpulan data

Menurut Zainal (2011:228) mengemukakan bahwa angket adalah instrument penelitian yang berisi serangkaian pertanyaan dan pernyataan untuk menjangkau data atau informasi yang harus dijawab responden secara bebas sesuai dengan pendapatnya.

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data kuesioner/angket perilaku hedonism. Angket ini digunakan untuk mengetahui kondisi awal mahasiswa yang memiliki perilaku hedonism. Jenis angket yang digunakan adalah angket tertutup. Angket yang digunakan menggunakan model skala likert dengan empat pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS) dengan penilaian sebagai berikut:

Tabel 3. Penilaian Skor Angket Perilaku Hedonisme

Jawaban	Item Positif	Item Negatif
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

Instrument angket tersebut dikembangkan dalam kisi-kisi. Adapun kisi-kisi angket perilaku hedonism adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Kisi-kisi angket perilaku hedonism

Variable	Aspek	Indikator	Favourabel	Un Favourabel	Jumlah Item
Gaya hidup hedonism	Minat	Minat Individu, apa yang di anggap penting disekitarnya	13, 37, 23, 42	1, 5, 7, 22, 4, 49	10
		Mampu memilih teman yang lebih banyak menghabiskan waktunya untuk belajar daripada mengejar kesenangan	3, 11, 23, 41, 60	7, 16, 29	8
	Aktifitas	Mampu mengurangi aktifitas yang sifatnya huru hura dan lebih patuh dengan aturan	8, 37, 50, 55, 58	30, 6, 10, 18, 22, 38, 46	12
		Bagaiman mereka menghabiskan waktunya	21, 27, 45, 48, 56	19, 24, 32, 33, 51	10
	Opini	Pandangan pandangannya baik terhadap diri sendiri, maupun terhadap orang lain	9, 12, 13, 17, 28, 52	14, 15, 20, 25, 26, 34, 35, 43, 44, 47, 53, 54, 57, 59, 61	21
Jumlah			25	36	61

F. Prosedur Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian eksperimen semu dengan memberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* kepada mahasiswa yang digunakan sebagai sampel dalam penelitian. Untuk lebih jelasnya berikut uraian prosedur penelitian:

1. Tahap persiapan

- a. Pengajuan judul penelitian yang sebelumnya telah dilakukan survei lokasi atau tempat penelitian.
- b. Pengajuan surat penelitian kepada dekan Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Magelang kota Magelang.
- c. Penyusunan instrument penelitian.
- d. Melakukan *try out* terhadap instrument yang telah disusun.
- e. Uji vliditas dan reabilitas instrument dari hasil angket *Try out* yang telah disebar kepada responden atau mahasiswa yang menghasilkan pedoman angket baru yang akan disebar sebagai pengujian *pre test* dan *post test*.

3. Tahap pelaksanaan

- a. Pelaksanaan *pre test* dan pengujian analisis hasil *pre test*.

Pre test diberikan kepada sampel yaitu kelompok eksperimen mahasiswa ekonomi prodi akuntansi sejumlah 8 orang sebagai responden. Dari hasil pre test ini, diketahui kelompok eksperimen berdasarkan jumlah skor yang diperoleh masing-masing responden. Setelah angket diisi oleh mahasiswa sebagai responden kemudian data diuji dan dianalisis untuk menentukan tindak lanjut.

- b. Pemberian perlakuan *treatment*

Pemberian perlakuan ini dilakukan untuk memperoleh data yang dibutuhkan sebagai uji hipotesis. Perlakuan yang diberikan untuk mengurangi perilaku hedonisme mahasiswa adalah dengan memberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive*

Behavioral Therapy terhadap sampel yaitu kelompok eksperimen prodi akuntansi sejumlah 8 orang responden sebanyak 8 kali pertemuan.

c. Pelaksanaan *Post test*

Post test diberikan kepada sampel yaitu kelompok eksperimen mahasiswa Akuntansi sejumlah 8 orang sebagai responden. Dari hasil post test ini, di ketahui kelompok eksperimen berdasarkan jumlah skor yang diperoleh ,asing-masing responden. Setelah angket di isi oleh mahasiswa sebagai responden kemudian data diuji dan di analisis untuk menentukan tindak lanjut kemudian hasil analisis tersebut diinformasikan kepada pihak fakultas.

G. Metode Analisis Data

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument (Arikunto, 2006:168). Uji ini digunakan untuk menguji kevalidan aau ketidakvalidan daftar pertanyaan yang diajukan peneliti dalam kuesioner.

Pengujian validitas data bertujuan untuk memastikan bahwa masing-masing pertanyaan akan terklarifikasi pada variabel yang telah ditentukan pengujian kualitas data dilakukan dengan uji validitas dan reabilitas data. Data analisis butir item pernyataan menggunakan bantuan program *SPSS 16.00 for windows*. Jumlah item pada kuesioner adalah 61 item pernyataan dengan jumlah N 30 (jumlah sampel *Try out*). Kriteria item yang dinyatakan

valid sahih adalah item dengan r_{hitung} lebih dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5%. Berdasarkan hasil *Try out* angket mengurangi perilaku hedonisme yang terdiri dari 61 item pernyataan, diperoleh 38 item yang valid dan 23 item yang dinyatakan gugur. Hasil uji validitas instrument disajikan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 5.Uji Validitas Instrument

No Item	r-tabel 5%	r-hasil	Keterangan	No Item	r-tabel 5%	r-hasil	keterangan
1	0,361	0.437	Valid	32	0,361	0.750	Valid
2	0,361	0.280	Gugur	33	0,361	0.302	Gugur
3	0,361	0.288	Gugur	34	0,361	0.215	Gugur
4	0,361	0.168	Gugur	35	0,361	0.357	Gugur
5	0,361	0.576	Valid	36	0,361	0.473	Valid
6	0,361	0.594	Valid	37	0,361	0.499	Valid
7	0,361	0.496	Valid	38	0,361	0.689	Valid
8	0,361	0.694	Valid	39	0,361	0.386	Valid
9	0,361	0.249	Gugur	30	0,361	0.204	Gugur
10	0,361	0.267	Gugur	41	0,361	0.266	Gugur
11	0,361	0.485	Valid	42	0,361	0.557	Valid
12	0,361	0.617	Valid	43	0,361	0.331	Gugur
13	0,361	0.396	Valid	44	0,361	0.599	Valid
14	0,361	0.406	Valid	45	0,361	0.636	Valid
15	0,361	0.740	Valid	46	0,361	0.298	Gugur
16	0,361	0.315	Valid	47	0,361	0.317	Gugur
17	0,361	0.245	Gugur	48	0,361	0.076	Gugur
18	0,361	0.718	Valid	49	0,361	0.805	Valid
19	0,361	0.651	Valid	40	0,361	0.241	Gugur
20	0,361	0.426	Valid	51	0,361	0.807	Valid
21	0,361	0.518	Valid	52	0,361	0.672	Valid
22	0,361	0.227	Gugur	53	0,361	0.324	Gugur
23	0,361	0.495	Valid	54	0,361	0.459	Valid
24	0,361	0.276	Gugur	55	0,361	0.545	Valid
25	0,361	0.763	Valid	56	0,361	0.045	Gugur
26	0,361	0.378	Valid	57	0,361	0.365	Valid
27	0,361	0.571	Valid	58	0,361	0.531	Valid
28	0,361	0.443	Valid	59	0,361	0.573	Valid
29	0,361	0.272	Gugur	60	0,361	0.353	Gugur
30	0,361	0.690	Valid	61	0,361	0.558	Gugur
31	0,361	0.428	Valid				

2. Uji reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya, maksudnya apabila dalam beberapa pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok yang sama diperoleh hasil yang relatif sama (Azwar, 2000: 3). Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik Formula Alpha Cronbach dan dengan menggunakan program SPSS 16.0 for windows.

Uji reabilitas instrument penelitian ini menggunakan *alpha cronbach* dengan bantuan program *SPSS 16.00 for windows*. Instrument penelitian ini dikatakan reliable apabila berdasarkan hasil analisis item memperoleh nilai alpha lebih dari r_{tabel} pada tarap signifikan 5% dengan N 30 mahasiswa. Berdasarkan hasil perhitungan uji reabilitas dengan menggunakan program *SPSS 16.00 for windows*, diperoleh koefisien *alpha* sebesar 0.361, karena hasil koefisien alpha lebih besar dari r_{tabel} ($0,361 >$), sehingga item dalam angket tersebut dinyatakan reliable dan dapat digunakan. Berikut adalah tabel yang menunjukkan nilai *alpha*.

Tabel 6. Uji Reabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.877	38

H. Teknik Analisis data

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* dapat

berpengaruh untuk mengurangi perilaku hedonisme pada mahasiswa. Pengaruh ini dapat diketahui melalui perbedaan hasil analisis skor kuesioner perilaku hedonism sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok.

Berdasarkan uraian diatas, analisis data pada penelitian ini menggunakan metode *statistic nonparametric One Way Anova* dengan bantuan computer program *SPSS for windows version 16*.

Uji ini digunakan untuk melihat perbedaan skor *pre test* dan *post test* pada kelompok eksperimen. Teknik analisis ini dipilih dengan alasan sampel penelitian yang relative kecil, yaitu hanya 8 mahasiswa dalam satu kelompok. Sehingga dengan menggunakan uji *Anova* diharapkan dapat diketahui apakah konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* dapat berpengaruh untuk mengurangi perilaku hedonisme.

Kriteria pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas yang diperoleh pada tingkat signifikansi 5%. Artinya hipotesis dapat diterima jika nilai probabilitas (nilai p) kurang dari 0.05.

BAB V

KESIMPILAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Simpulan teori

a. Konseling kelompok *Rational Emotive Behavioral Therapy*

Penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* adalah layanan yang dapat mencegah atau memperbaiki yang dilakukan oleh pemimpin kelompok kepada anggota kelompok yang sedang mengalami berbagai permasalahan melalui dinamika kelompok, anggota kelompok dapat saling membantu menyelesaikan permasalahan yang dialami anggota kelompok lain dengan menekankan komunikasi interpersonal melalui *Rational Emotive Behavioral Therapy* yang bertujuan untuk mengubah perilaku tertentu dengan pemberian penguatan (*reward*) atas perubahan perilaku tersebut sesuai dengan kesepakatan kedua belah pihak.

b. Perilaku hedonisme dikalangan mahasiswa

Perilaku hedonisme dikalangan mahasiswa adalah suatu bentuk perilaku yang muncul pada mahasiswa yang ditandai dengan keinginan mahasiswa untuk memiliki barang-barang mewah, lebih suka menghabiskan waktunya di pusat perbelanjaan seperti *mall*, *shopping*, dan mahasiswa yang memiliki perilaku hedonisme ini cenderung mengerjakan tugas dari dosen hanya *copy paste* dari internet.

2. Simpulan Hasil Penelitian

Kesimpulan hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* dalam layanan konseling kelompok terhadap penurunan perilaku hedonisme dikalangan mahasiswa Prodi Akuntansi Universitas Muhammadiyah Magelang angkatan 2013 Kota Magelang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi Prodi BK, diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam melihat perilaku mahasiswa yang memiliki perilaku hedonisme baik perilaku hedonisme yang tergolong tinggi maupun perilaku hedonisme rendah. Untuk itu dengan *Rational Emotive Behavioral Therapy* melalui konseling kelompok diharapkan mampu membantu mahasiswa BK untuk mengurangi perilaku hedonisme dan mencapai impian mahasiswa dengan cara yang lebih baik.
2. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat mengangkat kembali masalah yang ada, namun dengan melihat permasalahan dari sudut pandang yang berbeda karna dalam penelitian ini peneliti hanya memandang dari dampak perkembangan dunia teknologi sehingga memiliki keterbatasan. Dengan demikian peneliti selanjutnya diharapkan menemukan formasi lain dalam mengurangi perilaku hedonisme.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Zainal. 2011. *Evaluasi pembelajaran*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Metode Penelitian “untuk Penulisan Skripsi dan Tesis”*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S .2006.*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin.(2000). *Reliabilitas dan Validitas*.Yogyakarta : Pustaka Belajar
- Baudrillard, Jean. 2015. *Masyarakat komsumsi*. Bantul: Kreasi Wacana.
- Brown. 2009. *Chemistry Contexts Edisi 11 Australia*. Australia: Pearson Education.
- Corey, G. 2007. *Teori dan praktik konseling dan psikoRational Emotive Behavioral Therapy*. Bandung: Refika Aditama.
- Dewojati, Cahyaningrum. 2010. *Wacana Hedonisme*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Engel, James F, et.al. 1994. *Consumer Behavior Jilid 1*. Alih Bahasa Budiyanto. Jakarta: Erlangga.
- Gazda, K. 1984. *Group Conseling: A Development Approach*. Boston: Allyn and Bacon Inc.
- Gerald Corey. 2013. *Teori dan Praktek Konseling PsikoRational Emotive Behavioral Therapy*. Bandung: PT Refika Aditama.
- John C. Mowen, Michael Minor, 2002, *Perilaku Konsumen*, Jakarta: Erlangga.
- Juntika Nurihsan, Ahmad. 2006. *Bimbingan dan Konseling dalam berbagai latar kehidupan*.Bandung : Revina Aditama.
- Kurnanto, M. Edi. 2013. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Komalasari, Gantina dkk. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*.Jakarta: Permata Puri Media.

- Kotler P. 2005, *Manajemen Pemasaran*. Edisi 2. Jakarta: Indeks Gramedia
- Latipun, 2001, *Psikologi Konseling*, Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press.
- Latipun (2008) *Psikologi Konseling Edisi ketiga*, UPT Penerbitan Universitas Muhammadiyah Malang
- Levant`s & Linda. 2003. What Is Metroseksual Eaurosel. New Delhi. *Journal of International*
- Martha. Hartati, S., dan Setyawan, M. 2008. Correlation Among Self-Esteem With A Tendency Hedonist Lifestyle Of Students At Diponegoro University. *Journal of Psychology*.
- Nugraheni, P.N.A. 2003. *Perbedaan Kecenderungan Gaya Hidup Hedonis Pada Remaja Ditinjau dari Lokasi Tempat Tinggal*. Skripsi (tidak diterbitkan). Surakarta : Fakultas Psikologi UMS.
- Nelson, Jones Richardson. 2011. *Teori dan Praktik Konseling dan Rational Emotive Behavioral Therapy*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Prayitno Erman Amti, 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling Edisi revisi*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Prof Masrukhi dan Joewono, B.N. 2011. "10 Persen Mahasiswa Idealis 90 Persen Hedonis". <http://edukasi.kompas.com> di unduh pada 10 oktober 2016
- Rianton. 2012. Hubungan Antara Konformitas Sekelompok Teman Sebaya Dengan Gaya Hidup Hedonis Kab. Dhamasraya Di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*.
- Rusmana, Nandang. 2009. *Bimbingan Konseling Kelompok di sekolah (Metode, Teknik dan Aplikasi)*. Bandung: Rizky Press.
- Sudjana, Nana dan Ibrahim. 2007. *Penelitian dan penilaian pendidikan*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sukari. & Endah Susilantini. 2013. *Perilaku Konsumtif Siswa SMA Di Daerah Yogyakarta*. Yogyakarta: Balai Pelestarian Nilai Budaya.
- Sumartono. 2002. *Terperangkap dalam Iklan (Meneropong Imbas Pesan Iklan*

Televisi). Bandung: Alfabeta.

Supranto J. & Limakrisna Nandan.(2011). *Perilaku konsumen dan srategi pemasaran untuk memenangkan persaingan bisnis*, edisi kedua, Jakarta, itra.Wacana Media

Susanto, A.B. 2003. *Potret-Potret Gaya Hidup Metropolis*.Jakarta: Kompas MediaNusantara.

Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa (2000).Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Depdikbud RI Balai Pustaka

Tohirin, 2007.*Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*.Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Wibowo, Mungin Eddy. 2002. *Jenis-Jenis Layanan Bimbingan dan Konseling*. Departemen Pendidikan Nasional

Winkel W.S. dan Hastuti, Sri. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.

Zubair, Achmad Charris. *Tinjauan moral dan kultural terhadap hedonisme dikalangan generasi muda*. Jakarta: Mizan