

**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**

HALAMAN PERSETUJUAN

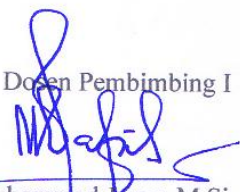
SKRIPSI BERJUDUL

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

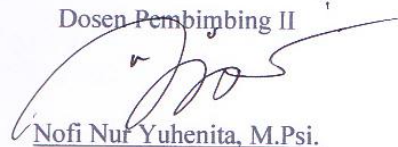


Magelang, 30 Desember 2016

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
Saya Menyatakan
120AAEF247168468
6000
ENAM RIBURUPIAH
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 kehadiran 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 Yuhenita, 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 Mengurang 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 :Jatwal 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 kalau kenikmatan sesaat. Sisi kehidupan mahasiswa saat ini telah dihadapkan pada berbagai godaan yang menarik dan menggairkan 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 di kampus untuk mengembangkan dirinya tapi akibat dampak dari budaya hedonis membuat para mahasiswa berada dalam kondisi yang sangat memprihatinkan. 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 smartphone, 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. Apatitis, 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) Aktivitas (Apa yang mereka lakukan, apa yang mereka beli). (2) Minat (Apa yang dianggap penting disekitarnya, apa yang menjadi prioritasnya). (3) Opini (Bagaimana ia 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 realistis. 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 di kalangan 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 luarnya 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 bertindak 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 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 menunjukan 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 menghadapi 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 harapanya 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 (perasaan perasaan 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 cara memberikan pujian verbal (reward) ataupun punishment (hukuman)
- 2) Teknik social modeling (pemodelan social) yaitu teknik yang digunakan untuk memberikan perilaku baru pada konseli.
- 3) Teknik live models (model dari kehidupan nyata) yaitu teknik yang digunakan untuk menggambarkan perilaku tertentu, khususnya situasi interpersonal yang kompleks

dalam bentuk percakapan social, interaksi dengan memecahkan 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 mengeksperesikan 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 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-Killackey 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 seolah 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 dari pada konseli mengikuti sesi konseling individual.

Adapun kaitanya 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*s harus melawan (dispute: D) keyakinan keyakinan yang irasional itu agar konseliny 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 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 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.

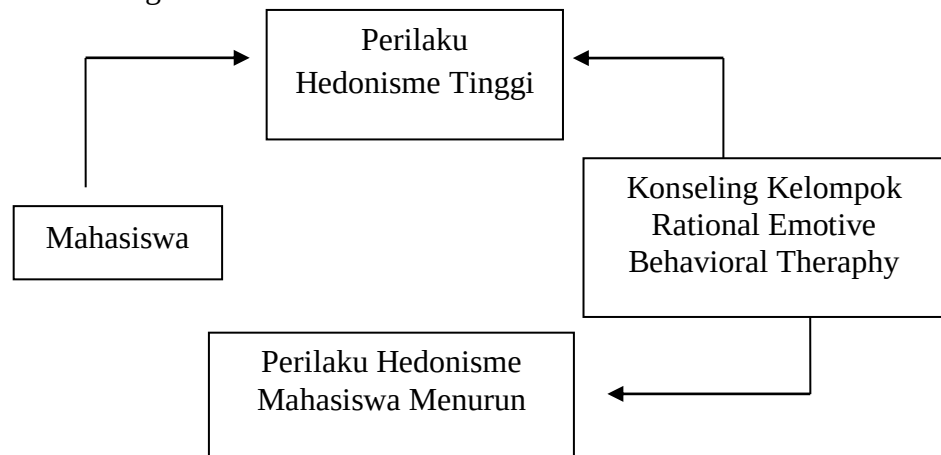
E. Kerangka Berfikir.

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 menjaring 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	40	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	50	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 taraf 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 IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Pelaksanaan penelitian
 - a. Pelaksanaan *Pree Test*

Pre test dilaksanakan pada tanggal 8 desember 2016 dengan menyebar angket hedonisme kepada responden yang berjumlah 35 mahasiswa. Responden merupakan mahasiswa ekonomi prodi akuntansi angkatan 2013 di universitas muhammadiyah magelang. Kemudian hasil *pre test* di analisis dan diperoleh 16 mahasiswa sampel penelitian dengan cirri-ciri khusus yaitu siswa yang cenderung memiliki perilaku Mhedonism tinggi. Rumus kategori (Syarifuddin, 2010) yang di gunakan adalah :

Tabel : 7
Rumus Kategori

Tinggi	$X > M + SD$
Sedang	$X - SD < X < M + SD$
Rendah	$X < M - SD$

Hal-hal yang dilakukan dalam menganalisis hasil *pre tests* salah satunya adalah menyusun kategori skor angket manajemen diri sebagai berikut:

Tabel : 8
Kategori Skor Angket Hedonisme

Skor	Kategori	Jumlah	Prosentase
143 -121	Tinggi	6	17 %
120 – 98	Sedang	26	74 %
75 – 97	Rendah	3	9 %
<75			
Jumlah		35	100 %

Berdasarkan kategori tersebut maka sampel pada penelitian ini adalah subyek yang memiliki kecenderungan berperilaku hedonisme tinggi di peroleh 6 mahasiswa dengan kategori tinggi, 3 mahasiswa dengan kategori rendah dan 26 mahasiswa dengan kategori sedang. Sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 35 mahasiswa. Terdiri dari 6 mahasiswa dengan kategori tinggi dan 29 mahasiswa dengan kategori sedang. Dari 35 mahasiswa tersebut kemudian dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok control.

Tabel : 9
Daftar Sampel Penelitian
Pre test

Kelompok eksperimen			Kelompok kontrol		
NAMA	PRODI	SEKOR PRE TEST	NAMA	PRODI	SEKOR PRE TEST
SS	Akuntansi 13	124	DD	Akuntansi 13	117
DS	Akuntansi 13	129	ER	Akuntansi 13	124
CD	Akuntansi 13	130	DC	Akuntansi 13	116
EF	Akuntansi 13	128	DF	Akuntansi 13	121
GH	Akuntansi 13	125	AF	Akuntansi 13	121
RU	Akuntansi 13	127	RF	Akuntansi 13	119
GF	Akuntansi 13	126	ST	Akuntansi 13	115
SE	Akuntansi 13	135	MF	Akuntansi 13	118

b. Pemberian perlakuan konseling kelompok *Rational Emotive Behavioral Therapy*

Kegiatan konseling kelompok diberikan kepada kelompok eksperimen. Jadwal pelaksanaan mulai dari tanggal 10 – 22 Desember 2016 dilaksanakan di Universitas Muhammadiyah Magelang Fakultas Ekonomi. Kegiatan dilaksanakan selama delapan hari (8) hari. Jadwal. (a) melakukan *pre test* perilaku hedonism di dua kelompok yaitu kelompok control dan eksperimen. (b) melakukan kontrak, pengenalan dan sedikit pengantar terkait perilaku hedonisme dikalangan mahasiswa. (c) pimpinan kelompok menyampaikan materi terkait pengertian hedonism dan dampak dari bahaya perilaku hedonisme. (d) pertemuan ini membahas tentang *disputing* pikiran atau pimpinan menyampaikan materi cara mengelola emosi dengan baik. (e) *disputing* perilaku, pimpinan menjelaskan bahwa sesungguhnya perilaku yang dianut selama ini adalah perilaku hedon dan itu adalah pikiran *irrational*. (f) *New Felling*, disini pimpinan mengajak para anggota kelompok untuk merumuskan perilaku baru yang lebih *rasional*. (g) dipertemuan ini pimpinan kelompok mengajak untuk setiap anggota kelompok menyepakati perilaku-perilaku yang lebih positif dan menghindari perilaku *irrational* (hedonisme). (h) pertemuan akhir ini pimpinan menyebar *post test* untuk melihat perubahan perilaku kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. dan hasil pelaksanaan konseling kelompok terdapat dalam lampiran.

c. Pelaksanaan *post test*

Penelitian diakhiri dengan pengukuran akhir (*post test*). *Post test* dilakukan pada tanggal 22 desember 2016 pada semua sampel penelitian. *Post test* dilakukan dengan menyebar angket perilaku hedonisme yang sama dengan *pre test*. Langkah selanjutnya adalah melakukan analisis data terhadap *post test* termasuk di dalamnya uji hipotesis penelitian dan menyusun laporan hasil penelitian dalam bentuk yang sistematis. Dibawah ini hasil *post test* kelompok eksperimen dan kelompok control :

Tabel : 10
Daftar Sampel Penelitian
Post test

Kelompok eksperimen			KELOMPOK KONTROL		
NAMA	PRODI	SEKOR POST TEST	NAMA	PRODI	SEKOR POST TEST
SS	Akuntansi 13	111	DD	Akuntansi 13	117
DS	Akuntansi 13	112	ER	Akuntansi 13	113
CD	Akuntansi 13	114	DC	Akuntansi 13	105
EF	Akuntansi 13	114	DF	Akuntansi 13	111
GH	Akuntansi 13	113	AF	Akuntansi 13	112
RU	Akuntansi 13	120	RF	Akuntansi 13	116
GF	Akuntansi 13	119	ST	Akuntansi 13	106
SE	Akuntansi 13	114	MF	Akuntansi 13	109

Langkah selanjutnya adalah melakukan analisis terhadap hasil *post test* termasuk didalamnya uji hipotesis penelitian dan menyusun laporan hasil penelitian ke dalam bentuk yang sistematis

2. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

Pengolahan data hasil tabulasi jawaban responden diolah dengan menggunakan bantuan program *SPSS 16.0 For Windows*. Pengolahan tersebut menghasilkan *statistic descriptive variabel* penelitian sebagai berikut :

Tabel : 11
Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Subyek Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviasi
Pre Test Kontrol	8	115	124	118.87	2.997
Post Test control	8	105	117	111.12	4.324
Pre test eksperimen	8	124	135	128.00	3.464
Post test eksperimen	8	111	120	114.75	3.196
Total	32				

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sampel penelitian berjumlah 16 mahasiswa. Responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 8 mahasiswa sebagai kelompok kontrol dan 8 mahasiswa sebagai kelompok eksperimen. Nilai minimum kelompok kontrol *pre test* sebesar 115, nilai maksimumnya sebesar 124 dengan rata-rata 118,87 dan standar deviasi 2,997. Nilai minimum kelompok kontrol *post test* sebesar 105, nilai maksimumnya 117 dengan rata-rata 111,12 dan standar deviasi sebesar 4.324. Artinya rata-rata skor angket perilaku hedonisme mahasiswa

kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan sedikit mengalami penurunan.

Nilai minimum kelompok eksperimen *pre test* sebesar 124, nilai maksimumnya sebesar 135 dengan rata-rata 128.00 dan standar deviasi 3,464. Nilai minimum kelompok eksperimen *post test* sebesar 111, nilai maksimumnya sebesar 120 dengan rata-rata 114,75 dan standar deviasi 3,196. Artinya setelah diberi perlakuan berupa konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy*, skor angket Perilaku hedonisme kelompok eksperimen mengalami penurunan lebih besar dibandingkan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan, maka perilaku hedonisme di kalangan mahasiswa mengalami penurunan.

3. Pengujian persyaratan data

a. Uji normalitas data

Uji Normalitas data menggunakan program komputer dengan menggunakan *SPSS 16. For windows*. dalam menentukan normalitas atau tidak distribusi sekor dengan menggunakan uji *Kolmogorov Simirnov*. Asumsi yang digunakan apabila signifikasi(*Asymp.sign*) > Alpha 5% maka dikatakan data distribusi normal, sebaliknya signifikasi (*Asymp.sign*) < Alpha 5% maka dikatakan data distribusi tidak normal. Hasil data normalitas dapat dilihat pada tabel:

Tabel 12
Hasil Uji Normalitas

Subyek	Nilai	Sig.	Keterangan
<i>Pre Tes</i> Kontrol	0,136	0,200	Normal
<i>Pos Tes</i> Kontrol	0,132	0,200	Normal
<i>Pre Tes</i> Eksperimen	0,157	0,200	Normal
<i>Pos Tes</i> Eksperimen	0,219	0,200	Normal

Berdasarkan uji normalitas data pada tabel diatas bahwa signifikansi skor *pre test* maupun *pos test* antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen adalah lebih dari 0,05. Dengan demikian data penelitian ini memiliki data normal karena memiliki tingkat probabilitas (p valu) lebih besar dari 0,05 sehingga data dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

b. Uji Homogenitas

Untuk mengetahui homogenitas variabel, maka digunakan uji statistik *leverages tes of error variances*, Hipotesisnya adalah:

H_0 :Kelompok data skor angket interaksi sosial siswa antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki varian yang sama (homogen).

H_a :Kelompok data skor angket interaksi sosial antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki varian yang berbeda (heterogen).

Kriteria pengambilan keputusan dalam uji homogen ini adalah jika signifikansi $>0,05$ maka H_0 diterima (homogen) namun jika signifikansi $<0,05$ maka H_0 ditolak (heterogen) . berdasarkan uji homogenitas dengan menggunakan *leverages tes of error variances* dapat

diketahui signifikansi 0,732 lebih dari 0,05 maka H_0 diterima. Jadi variabel dalam penelitian ini memiliki sifat homogen sehingga data dapat di analisis lebih lanjut.

4. Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini menggunakan model analisis *Statistic Parametric One Way Anova* dengan 8 mahasiswa. Hipotesis yang digunakan adanya pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* untuk mengurangi perilaku hedonisme di kalangan mahasiswa. Data penelitian yang terdiri dari *pre test* dan *post test* dianalisis melalui *model statistic non parametric*.

Pengambilan keputusan dalam hipotesis ini menggunakan dua kriteria yaitu berdasarkan signifikansi dan berdasarkan nilai F. Jika signifikansi $>0,05$ maka H_0 diterima namun jika signifikansi $<0,05$ maka H_0 ditolak. namun jika F hitung $<F$ tabel maka H_0 diterima namun jika F hitung $>F$ tabel maka H_0 ditolak. Adapun hasil uji *Anova* sebagai berikut :

Tabel : 13
Hasil Uji Anova

	Sum Of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	1267,625	3	422,542	33,876	0.000
Within Groups	349,250	28	12,473	-	-
Total	1616,875	31	-	-	-

Berdasarkan data pada tabel diatas, diketahui signifikansi $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak. Dengan demikian ada perbedaan rata-rata skor angket perilaku hedonisme antara kelompok kontrol dan kelompok

eksperimen. Nilai F hitung adalah 22,748 dan F tabel 2,88 dengan demikian nilai F hitung $>F$ tabel maka *H₀* ditolak. Jadi ada perbedaan rata-rata skor angket perilaku hedonisme antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Data yang didapatkan berdasarkan signifikansi dan nilai F menunjukkan bahwa *H₀* ditolak. Dengan begitu ada perbedaan rata-rata skor angket perilaku hedonisme di kalangan mahasiswa antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Hal itu membuktikan bahwa hipotesis ada pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan Rational Emotive Behavioral Therapy untuk mengurangi perilaku hedonisme dapat diterima. Selain itu bukti peningkatan kelompok eksperimen yang memperoleh teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* ditandai dengan peningkatan skor *pos test*. Data penurunan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel : 14
Penurunan Skor *Pre test* dan *Post test* kelompok eksperimen
Kelompok Eksperimen

No	Pre test	Post test	penurunan	
			Nilai	%
1	124	111	13	10,5
2	129	112	17	13,2
3	130	114	16	12,3
4	128	114	14	10,9
5	125	113	12	9,6
6	127	120	7	5,5
7	126	119	7	5,6
8	135	114	21	15,6
Rata-rata			13,8	10,8
Minimum			7	5,5
Maksimum			21	15,6

Berdasarkan Tabel diatas dapat diketahui bahwa peningkatan sekor tertinggi sebesar 21 atau 15,6% dan terendah sebesar 7 atau 5,5%. Rata-rata peningkatan sekor sebesar 13,8 atau 10,8%. Adanya peningkatan sekor menyatakan bahwa perilaku hedonisme dari kelompok eksperimen rata-rata mengalami penurunan yang signifikan.

Tabel : 15
Penurunan *Pre test* dan *Post test* kelompok control
Kelompok eksperimen

No	<i>Pre test</i>	<i>Post test</i>	Penurunan	
			Nilai	%
1	117	117	0	0
2	124	113	11	8,8
3	116	105	11	9,4
4	121	111	10	8
5	121	112	9	7
6	119	116	3	2,5
7	115	106	9	7,8
8	118	109	9	7,6
Rata-rata			7,75	5
Minimum			0	0
Maksimum			11	9,4

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa peningkatan sekor tertinggi sebesar 10 atau 8% dan terendah 0 atau 0%. Rata- rata peningkatan sekor 7,75 atau 5 %. Satu mahasiswa dari kelompok kontrol tidak mengalami penurunan dan tujuh mahasiswa mengalami penurunan, dari data tersebut bahwa tidak ada peningkatan yang signifikan terhadap kelompok kontrol karena kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

Kondisi awal antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol bisa dikatakan setara, terjadi perbedaan antara kelompok eksperimen dan

kelompok kontrol pada saat *post test*. Dimana kelompok eksperimen mengalami penurunan jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

B. Pembahasan

Hasil dari analisis *one way Anova* membuktikan bahwa konseling kelompok dengan *Rational Emotive Behavioral Therapy* dapat menurunkan perilaku hedonisme. Dengan dibuktikan perbedaan penurunan skor *post test* yang signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Penurunan skor *post test* kelompok eksperimen lebih tinggi dibanding penurunan skor *post test* kelompok kontrol, selain itu nilai mean *post test* kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol berbeda. Nilai mean kelompok eksperimen lebih tinggi dibanding kelompok kontrol, penurunan skor rata-rata kelompok eksperimen sebesar 13,8 atau 10,8% sedangkan kelompok kontrol hanya 7 atau 5 %.

Bukti bahwa konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* dapat mengurangi perilaku hedonisme mahasiswa adalah adanya perubahan indikator dalam aspek perilaku hedonisme pada mahasiswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan sesudah diberikan layanan konseling kelompok. Mahasiswa yang semula selalu menginginkan barang mahal setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* menjadi tidak lagi ada hasrat untuk menginginkan barang mahal. Begitu juga mahasiswa lain yang mengalami penurunan perilaku hedonisme dalam semua indikator perilaku hedonisme dikalangan mahasiswa.

Hasil penelitian ini di dukung oleh pendapat Gerard Corey (2012) yang menyatakan bahwa konseling kelompok memiliki beberapa tujuan. 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. Dari kegunaan teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* tersebut maka dapat digunakan untuk mengajarkan mahasiswa untuk berfikir lebih rasional dan mengurangi perilaku negative seperti selalu menginginkan barang-barang mahal (*irrational*).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Afdilla Sari pada tahun 2016 di Panti Asuhan Yatim (PAY) Putri Aisyyah Yogyakarta. Penelitian yang dilakukan oleh Afdilla membuktikan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* dapat mengurangi perilaku hedonisme. Dengan adanya kontrak perilaku yang dilakukan oleh kelompok eksperimen untuk berkomitmen terhadap apa yang telah mereka tulis maupun yang mereka ucapkan baik pada diri sendiri maupun dengan orang lain. Komitmen yang diciptakan akan membiasakan diri mahasiswa untuk mengontrol perilaku yang tadinya mengikuti budaya hedon menjadi perilaku yang lebih positif.

Berdasarkan penjelasan diatas membuktikan bahwa konseling kelompok dengan menggunakan teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* pada mahasiswa Ekonomi Akuntansi angkatan 2013 Universitas

Muhammadiyah Magelang Kota Magelang dapat menurunkan perilaku hedonisme.

Penelitian telah diusahakan dan dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah, namun demikian masih memiliki keterbatasan pada saat pelaksanaan seperti anggota kelompok yang masih malu-malu mengungkapkan masalahnya, keterbatasan waktu yang dimiliki anggota kelompok dan kadang-kadang anggota kelompok kurang fokus dalam mengikuti konseling kelompok sehingga waktu pelaksanaan memakan waktu yang lama.

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 kalangan mahasiswa

Perilaku hedonisme kalangan 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 konsumsi*. 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

LAMPIRAN

LAMPIRAN I

Surat Ijin Penelitian dan Surat
Keterangan Pelaksanaan Penelitian



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Program Studi : Bimbingan & Konseling /Strata I
 (Terakreditasi "B" SK BAN-PT No: 0955/SK/BAN-PT/Akred/S/VI/2016)
 Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PG - PAUD) /Strata I
 (Terakreditasi "B" SK BAN-PT No: 1114/SK/BAN-PT/Akred/S VII/2016)
 Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) /Strata I
 (Terakreditasi "C" SK BAN-PT No: 403 SK BAN-PT/Akred/S X/2014)

Jl. Tidar No. 21 Magelang 56126 Telp. (0293) 362082 / 326945 psw 1301 Fax. (0293) 32555

Nomor : 440/FKIP/II.3.AU/F/2016
 Lampiran : 1 bendel
 Perihal : IJIN PENELITIAN UNTUK SKRIPSI

Kepada
 Yth. Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Magelang
 Di
Kota Magelang

Assalamu'alaikum wr wb

Disampaikan dengan hormat bahwa, guna penyelesaian studi program strata satu (sarjana) diperlukan penulisan skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon ijin bagi mahasiswa berikut guna melaksanakan penelitian di instansi yang Bapak/ ibu pimpin.

Nama Mahasiswa : Muh Said Yunus
 N P M : 12.0301.0061
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Kelompok dengan Pendekatan Rasional Emotif Behavioral Terapi untuk Mengurangi Perilaku Hedonisme
 Lokasi / Obyek : Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Magelang
 Waktu Pelaksanaan : 10 Oktober 2016 – 30 Desember 2016

Sebagai bahan pertimbangan, berikut ini kami lampirkan proposal / rancangan skripsi. Demikian atas ijin dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr wb



Magelang, 24 September 2016
 Dekan,

[Signature]
 Drs. Subiyanto, M.Pd.
 NIP. 19570807 198303 1 002

LAMPIRAN 2
Hasil *Try Out*
Angket Perilaku Hedonisme

Hasil Angket Tri Out
Angket Perilaku Hedonisme

nama	no	y-1	y-2	y-3	y-4	y-5	y-6	y-7	y-8	y-9	y-10	y-11	y-12	y-13	y-14	y-15	y-16	y-17
kg-1	1	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3
kg-2	2	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4
kg-3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3
kg-4	4	3	4	3	1	1	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3
kg-5	5	3	4	3	4	4	1	2	4	3	4	1	3	4	4	3	4	4
kg-6	6	3	1	3	3	3	3	3	1	3	4	3	2	3	3	3	3	3
kg-7	7	3	2	3	2	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3
kg-8	8	3	2	3	2	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3
kg-9	9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	2
kg-10	10	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	1	4	3	2
kg-11	11	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	1	4	2	2
kg-12	12	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4
kg-13	13	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4
kg-14	14	1	2	2	2	3	2	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4
kg-15	15	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4
kg-16	16	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	2	4	3	4	4	4
kg-17	17	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
kg-18	18	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
kg-19	19	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4
kg-20	20	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4
kg-21	21	3	4	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	3	4	2	3	3
kg-22	22	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	4	2	3	4
kg-23	23	2	3	3	3	4	3	4	3	2	4	4	3	4	2	4	3	4

kg-24	24	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2
kg-25	25	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3
kg-26	26	3	2	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4
kg-27	27	4	2	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4
kg-28	28	4	2	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4
kg-29	29	3	1	3	4	3	2	4	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3
kg-30	30	4	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4
jumlah		91	88	93	93	99	82	98	91	94	104	91	86	103	95	98	96	101
		a	0.14 9	0.49 2	0.37 5	0.41 7	0.44 6	0.39 8	0.47 9	0.48 3	0.43 6	0.49 0	0.39 2	0.60 5	0.16 6	0.44 7	0.57 4	0.78 9
		0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1	0.36 1
		Valid	Tidak valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Tida k valid	Valid	Valid	Valid

y-18	y-19	y-20	y-21	y-22	y-23	y-24	y-25	y-26	y-27	y-28	y-29	y-30	y-31	y-32	y-33	y-34	Jumla h
2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	105
3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	113
2	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	110
2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	99
1	3	1	1	3	4	4	4	4	4	4	3	1	3	4	4	4	107
3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	98
2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	94
2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	94
1	3	2	3	1	3	4	3	4	3	3	2	1	4	1	3	3	97
1	3	2	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	89

LAMPIRAN 3
Hasil Uji Validitas dan Reabilitas
Instrumen

Validitas

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	40	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	50	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				

RELIABILITAS

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.877	38

LAMPIRAN 4
Angket Perilaku Hedonisme

ANGKET GAYA HIDUP HEDONISME

Identitas Mahasiswa:

- Nama :
- Jenis Kelamin :
- Kelas/Prodi :
- Tanggal Pengisian:

Petunjuk pengisian:

Bacalah setiap pernyataan dibawah ini dengan seksama, kemudian berikan jawaban anda tentang pernyataan tersebut dengan cara menyilang (X) huruf.

SS : Sangat Sesuai : Pernyataan ini sangat sesuai dengan keadaan anda

S : Sesuai : Pernyataan ini sesuai dengan keadaan anda

TS : Tidak Sesuai : Pernyataan ini tidak sesuai dengan anda

STS : Sangat Tidak Sesuai : Pernyataan ini sangat tidak sesuai dengan keadaan anda

Contoh :

No	Pernyataan	Jawaban Alternatif			
		SS	S	TS	STS
1	Saya senang pergi ke Artos bersama teman teman mahasiswa				

Jawaban pada contoh diatas menunjukan bahwa pernyataan tersebut “sesuai” dengan keadaan anda.

Catatan :

1. Setiap mahasiswa dapat memiliki jawaban yang berbeda
2. Tidak ada jawaban yang di anggap salah
3. Jawaban anda akan dijaga kerahasiaannya dan tidak di sebar ke pihak yang lain, termasuk teman dekat mahasiswa
4. Oleh karena itu pilihlah jawaban yang sesuai dengan keadaan anda

Selamat Mengerjakan :

no	Pernyataan	Jawaban Alternatif			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya ingin mengikuti mode baru				
2.	Saya tidak ingin membeli barang barang yang sedang <i>hits</i>				
3.	Ketika libur, saya lebih senang beraktifitas dirumah dibandingkan menghabiskan waktu untuk jalan jalan				
4.	Ketika libur, saya ingin pergi ke warnet untuk nonton film, video, facebook an, mendengarkan musik dan browsing lainnya				
5.	Saya lebih senang pergi belanja karena itu dunia saya				
6.	Saya lebih suka bermain sama teman dari pada belajar				
7.	Saya ingin membeli sepatu mahal agar terlihat ngetrend dikalangan mahasiswa lainnya				
8.	Ketika malam, saya lebih senang belajar dirumah dari pada bermain diluar rumah				
9.	Saya ingin belajar menabung sehingga dapat mengelola uang dengan baik				
10.	Ketika dikampus, saya lebih senang menghabiskan waktu dikantin dari pada diskusi dengan teman dikelas				
11.	Saya ingin membeli baju yang benar benar saya butuhkan bukan untuk bergaya atau takut dikatakan ketinggalan zaman				
12.	Saya tidak suka di pandang sebagai mahasiswa yang selalu mengejar kekinian				
13.	Saya tidak tertarik membeli barang barang mahal karena hanya menghabiskan uang				
14.	Saya mempunyai keinginan yang kuat untuk membeli barang-barang bermerek agar saya lebih percaya diri				
15.	Saya lebih suka menghabiskan waktu untuk jalan jalan dari pada mengikuti organisasi dikampus				
16.	Hidup bahagia itu ketika semua kebutuhan terpenuhi dan makan yang enak				
17.	Dengan rajin sholat dan ngaji dapat menghindarkan kita dari pergaulan bebas				
18.	Jika mengerjakan tugas dari dosen, Saya lebih senang copy paste dari internet				
19.	Saya selalu senang diberi uang jajan yang banyak karna bisa di gunakan jalan jalan				
20.	Saya selalu berdandan dan berpakaian menarik sebelum berangkat ke kampus				
21.	Ketika free time, saya senang beraktifitas untuk mengembangkan potensi diri saya				

22.	Saya selalu mengusahakan membeli <i>make up</i>				
23.	Saya tidak akan membeli barang mewah				
24.	Saya sering keluar malam tanpa ijin orang tua.				
25.	Mengikuti gaya kekinian akan lebih mudah diterima teman				
26.	Saya sangat bangga dikatain anak kekinian				
27.	Saya lebih suka diskusi diperpus dari pada ngobrol tidak karuan dikantin				
28.	Saya lebih nyaman berpakaian sopan				
29.	Saya libih senang bergaul dengan teman banyak yang uang agar selalu dibelikan sesuai ke inginan saya				
30.	Saya lebih senang ngobrol dikelas dengan teman dari pada memperhatikan dosen mengajar				
31.	Saya lebih senang bergaul dengan teman yang suka belanja karena itu hobi saya				
32.	Saya senang berteman dengan orang yang memiliki <i>style</i> yang bagus karena itu memperlihatkan gaya <i>moderent</i>				
33.	Saya lebih suka pergi tempat hiburan dari pada ke mesjid untuk sholat				
34.	Saya tidak peduli dengan kebijakan kampus yang penting saya senang				
35.	Saya menghalalkan semua cara untuk mengerjakan tugas dari dosen				
36.	Saya menonton film atau tv ketika tidak kuliah				
37.	Saya menolak ajakan untuk berbelanja barang mahal karena itu hanya menghabiskan uang				
38.	Saya sering megang <i>hand phone</i> di dalam kelas meskipun dosen lagi menjelaskan mata kuliah atau pelajaran				
39.	Saya tidak suka membelanjakan uang untuk membeli barang mahal				
40.	Di kampus saya lebih banyak menghabiskan waktu di perpus dari pada di kantin				
41.	Saya merasa kecewa jika teman memiliki barang yang mahal sedang saya tidak memiliki barang tersebut				
42.	Saya merasa senang mendapatkan barang yang memang sesuai kebutuhan				
43.	Bagi saya, main ke <i>Mall</i> menghilangkan stress				
44.	Saya ingin memiliki barang yang dimiliki orang lain. bagi saya, itu membuat saya terlihat keren				
45.	Dunia saya adalah selalu belajar, dimanapun tempatnya				
46.	Saya mencari alasan agar saya mendapatkan mengejar kesenangan				
47.	Bagi saya, hidup ini persaingan untuk mengejar kesenangan				
48.	Untuk menghilangkan stress saya lebih senang				

	menghabiskan di tempat ibadah dibandingkan pergi ke <i>mall</i>				
49	Saya merasa senang ketika saya memiliki barang sedangkan teman yang lain tidak dapat memiliki barang tersebut				
50.	Saya lebih senang ikut organisasi kampus dibandingkan menjadi mahasiswa yang kerjanya cuma mengejar kesenangan				
51.	Menghabiskan waktu untuk bermain adalah dunia saya				
52.	Untuk terlihat keren tidak harus mengikuti mode, yang penting mengetahui perkembangan zaman.				
53.	Bagi saya, hidup ini cuma ada dua tipe manusia yaitu pemenang dan pecundang (kalah)				
54.	Bagaimanapun caranya, saya harus menang				
55.	Saya merasa senang ketika saya dapat berbagi dengan teman apa yang saya miliki				
56.	Saya merasa sedih apabila melihat teman menghabiskan uang hanya untuk membeli barang yang tidak sesuai dengan kebutuhannya				
57	Bagi saya, hal terpenting dalam hidup ini adalah menjadi orang kaya				
58	Saya senang berbelanja untuk keluarga karena apabila mereka senang saya juga ikut senang				
59	saya senang pacaran dengan orang kaya karena dia akan memenuhi kebutuhan yang saya inginkan				
60	Saya lebih suka bergaul dengan orang yang menghabiskan waktunya untuk belajar bukan orang yang mengejar kesenangan				
61	Bagi saya, makan di tempat yang mahal adalah suatu kebanggaan tersendiri				

Pastikan teman teman telah mengisi dan tidak ada nomor yang terlewatkan ataupun jawaban ganda. Terimakasih banyak, semoga sukses selalu...

LAMPIRAN 5
Data *Pre Test*
Angket Perilaku Hedonisme

Kelompok kontrol

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
1	DD	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	4	2	4	3	3	3	3	4
2	ER	2	4	2	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3
3	DC	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
4	DF	2	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4
5	AF	4	4	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4
6	RF	3	3	4	2	3	4	4	2	4	2	4	2	3	3	2	4	4	4	4
7	ST	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4
8	MF	3	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	4	2	4	4	4	3
Jumlah		24	25	21	24	25	26	26	23	26	22	27	25	20	27	21	27	27	26	29

20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	Jumlah
3	3	3	4	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	117
3	3	3	2	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	124
3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	116
3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	121
3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	121
4	2	3	2	2	2	2	4	4	3	4	1	4	4	4	4	4	1	4	119
3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	4	3	3	3	4	3	115
3	3	4	1	2	2	4	3	2	3	3	4	1	2	4	3	3	4	4	118
25	25	25	21	23	23	26	28	27	24	29	23	24	24	26	27	27	27	26	951

Kelompok eksperimen

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	SS	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	2	3	4	4	3
2	DS	2	4	3	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	3	3	4	3
3	CD	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3
4	EF	4	4	4	4	4	4	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	4	3
5	GH	2	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	2	4	4	3
6	RU	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3
7	GF	2	4	3	4	2	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	3
8	SE	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4
Jumlah		22	30	25	30	27	31	30	30	26	23	26	25	26	24	22	29	30	25

19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	jumlah
4	3	4	4	1	4	2	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	4	4	3	124
3	4	4	3	4	4	2	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	129
4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	130
4	3	4	2	2	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	128
4	4	4	4	1	3	3	4	4	3	3	4	3	4	1	4	3	2	3	4	125
4	4	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	127
3	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	126
3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	135
29	28		29	18	29	24	26	29	29	24	28	28	27	23	28	28	26	31	29	1024

LAMPIRAN 6
Modul, Materi dan Hasil
Pelaksanaan Kegiatan Konseling Kelompok

Modul
KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE*
***BEHAVIORAL THERAPY* UNTUK MENGURANGI PERILAKU HEDONISME**



Disusun Oleh :

Muh Said Yunus

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

2016

A. Deskripsi Umum

Modul ini disusun untuk mendeskripsikan secara detail mengenai apa dan bagaimana penerapan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* untuk mengurangi perilaku hedonism pada mahasiswa akuntansi prodi akuntansi. Dengan demikian, dalam modul ini dijelaskan tahap tahap atau proses yang dilalui untuk menguji efektifitas konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* dalam mengurangi perilaku hedonismepada mahasiswa ekonomi prodi akuntansi tersebut. Secara keseluruhan, pelaksanaan konseling kelompok *Rational Emotive Behavioral Therapy* dilaksanakan sebanyak lima (5) kali pertemuan dengan jangka waktu selama dua (2) minggu.

B. Tujuan

Tujuan utama dari konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* ini adalah untuk mengurangi perilaku hedonisme pada mahasiswa. Pada umumnya mahasiswa memiliki latar belakang yang berbeda dan latar belakang ini lah yang membuat mahasiswa mudah untuk mengikuti gaya hidup hedonisme. Hal ini dikarenakan mahasiswa tidak memiliki *filter* dan konsep diri yang baik. dengan adanya konseling ini diharapkan mahasiswa dapat memahami pengertian hedonisme, faktor penyebabnya, ruang lingkup dan dampak dari perilaku hedonisme sehingga mahasiswa dapat menerapkan gaya hidup yang baik dalam kehidupannya.

C. Pelaksana

Sebagai pelaksana dalam peneliti ini adalah peneliti sendiri yang bertindak sebagai konselor atau pihak yang memberikan perlakuan langsung dari awal sampai pada

akhir pertemuan. Pelaksanaan konseling ini bertempat pada Kampus I Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Magelang Kota Magelang.

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

Pendekatan ini dikembangkan oleh Albert Ellis semenjak 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.

Dalam penelitian ini konselor berfungsi sebagai seorang pemimpin yang bertanggung jawab dan berperan aktif-direktif serta memfasilitasi kelompok untuk mencapai tujuan konseling. Dalam konseling ini, konseli memiliki kemauan untuk merubah pola pikir yang keliru atau irrasional ke arah pola pikir baru yang lebih rasional.

Setiap anggota kelompok di tuntut untuk terlibat secara aktif dalam mengikuti proses konseling dan memiliki tanggung jawab untuk membuat perubahan dalam pikiran, perasaan dan perilaku yang lebih rasional. Oleh karena itu, sebagai pendukung pelaksanaan konseling ini, seluruh anggota kelompok diformasikan dalam bentuk melingkar untuk memungkinkan setiap konseli dapat berhadapan secara langsung sehingga akan mempermudah interaksi dalam konseling.

E. Teknis Pelaksanaan Konseling

Pelaksanaan konseling kelompok ini dilaksanakan sebanyak 5 kali pertemuan dalam rentang waktu selama 2 minggu. Ada pun pembahasan secara detail mengenai teknis pelaksanaan Konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* untuk mengurangi perilaku hedonisme di kalangan mahasiswa sebagai berikut :

HASIL PERTEMUAN 1-2

“HEDONISME”

A. Tema

Pengenalan dan Hedonisme.

B. Kegiatan

1. Membangun *ecounter* dan menjelaskan tujuan penelitian
2. Menjelaskan terkait perilaku hedonisme dan dampak dari perilaku hedonisme.

C. Tujuan

1. Untuk menjalin kedekatan emosional antar konselor dengan konseli dan konseli dengan anggota kelompok lain serta konseli paham maksud diadakannya konseling kelompok.
2. Agar konseli paham arti dari hedonisme dan faktor apa saja yang dapat mempengaruhinya.

D. Materi : terlampir

E. Referensi :

F. Metode : diskusi

G. Sarana : buku dan alat tulis

H. Waktu : 80 menit

I. Prosedur :

1. Konselor dan konseli saling memperkenalkan diri
2. Konselor menjelaskan maksud konseling
3. Konselor memberikan gambaran terkait konseling yang akan dilakukan

MATERI 1

“HEDONISME”

A. Pengertian Hedonisme

Hedonisme adalah pandangan hidup yang menganggap bahwa orang akan bahagia dengan mencari kebahagiaan sebanyak mungkin dan sedapat mungkin menghindari perasaan-perasaan yang menyakitkan.

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

B. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Hedonisme

Menurut Amstrong (Nugraheni,2003:15). Faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup hedonis adalah budaya, nilai, demografik, kelas social, kelompok rujukan atau kelompok acuan, keluarga, kepribadian, motivasi, dan emosi.

Berbeda dengan pendapat diatas Loudon dan Bitta (dalam Martha, 2008) mengatakan faktor yang mempengaruhi perilaku hedonism adalah faktor internal (dalam diri) dan Faktor eksternal (dari luar). Adapun penjelasannya sebagai berikut:

1. Faktor internal

Faktor internal yaitu sikap, pengalaman, dan pengamatan, kepribadian, konsep diri, motif, dan persepsi.

2. Faktor eksternal

Faktor eksternal meliputi kelompok referensi, keluarga, kelas social, dan kebudayaan.

C. Gaya Hidup Hedonis

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 Susanto (Martha, 2008) menyatakan bahwa atribut kecenderungan gaya hidup *hedonis* meliputi lebih senang mengisi waktu luang di mall, kafe, dan makanan-makanan siap saji (*Fast Food*), serta memiliki sejumlah barang dengan merek prestisius. Kecenderungan gaya hidup *hedonis* biasanya akan berusaha agar sesuai dengan status sosial 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) 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 simbol status seperti mobil, pakaian, dan kepemilikan barang-barang lain yang mudah terlihat.

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

D. 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 diekspresikan dalam 3 hal yaitu :

1. 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.

2. 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.

3. Opini

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

HASIL PERTEMUAN 2

“HEDONISME”

J. Tema

Lanjutan konseling pertama

K. Kegiatan

3. Membangun *ecounter* dan menjelaskan tujuan penelitian
4. Menjelaskan terkait perilaku hedonisme dan dampak dari perilaku hedonisme.

L. Tujuan

3. Untuk menjalin kedekatan emosional antar konselor dengan konseli dan konseli dengan anggota kelompok lain serta konseli paham maksud diadakannya konseling kelompok.
4. Agar konseli paham arti dari hedonisme dan faktor apa saja yang dapat mempengaruhinya.

M. Materi : terlampir

N. Referensi :

O. Metode : diskusi

P. Sarana : buku dan alat tulis

Q. Waktu : 60 Menit

R. Prosedur :

4. Konselor dan konseli saling memperkenalkan diri
5. Konselor menjelaskan maksud konseling
6. Konselor memberikan gambaran terkait konseling yang akan dilakukan

“HEDONISME”

E. Pengertian Hedonisme

Hedonisme adalah pandangan hidup yang menganggap bahwa orang akan bahagia dengan mencari kebahagiaan sebanyak mungkin dan sedapat mungkin menghindari perasaan-perasaan yang menyakitkan.

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

F. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Hedonisme

Menurut Amstrong (Nugraheni,2003:15). Faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup hedonis adalah budaya, nilai, demografik, kelas social, kelompok rujukan atau kelompok acuan, keluarga, kepribadian, motivasi, dan emosi.

Berbeda dengan pendapat diatas Loudon dan Bitta (dalam Martha, 2008) mengatakan faktor yang mempengaruhi perilaku hedonism adalah faktor internal (dalam diri) dan Faktor eksternal (dari luar). Adapun penjelasannya sebagai berikut:

1. Faktor internal

Faktor internal yaitu sikap, pengalaman, dan pengamatan, kepribadian, konsep diri, motif, dan persepsi.

2. Faktor eksternal

Faktor eksternal meliputi kelompok referensi, keluarga, kelas social, dan kebudayaan.

G. Gaya Hidup Hedonis

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 Susanto (Martha, 2008) menyatakan bahwa atribut kecenderungan gaya hidup *hedonis* meliputi lebih senang mengisi waktu luang di mall, kafe, dan makanan 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) 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.

H. 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 hala yaitu :

4. 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.

5. 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.

6. Opini

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

HASIL PERTEMUAN 3

Disputing Pikiran

A. Tema

Disputing Pikiran

B. Kegiatan

1. konselor menjelaskan tentang pengaruh pikiran terhadap perasaan dan perilaku individu.
2. mendebat pikiran irrasional konseli anggota kelompok

C. Tujuan

1. Membentuk keyakinan konseli anggota kelompok yang rasional
2. Agar konseli memahami kekuatan pikiran yang dapat mempengaruhi pikiran dan perasaan maupun perilaku konseli

D. Materi : Terlampir

E. Referensi :

F. Metode : Diskusi

G. Saran/ alat yang digunakan : Kertas dan alat tulis

H. Waktu Pelaksanaan : 80 menit

I. Prosedur Pelaksanaan

1. Konselor menjelaskan bahwa stimulus dapat mempengaruhi pikiran individu
2. Konselor menjelaskan bahwa respon terhadap stimulus adalah pikiran yang irrasional dan rasional
3. Konselor menegaskan bahwa individu yang sehat akan merespon dengan pikiran rasional
4. Konselor menjelaskan kepada konseli bahwa perasaan dan perilaku individu bukan dipengaruhi dengan stimulus yang ada diluar individu melainkan dipengaruhi oleh system pikiran atau keyakinan individu.
5. Konselor mengajarkan bahwa pikiran atau keyakinan yang irrasional akan berdampak negatif bagi perkembangan individu. Sedangkan pikiran atau keyakinan rasional akan berdampak positif bagi perkembangan individu.

6. Konselor memberikan tugas kepada konseli untuk menuliskan gaya hidup hedonismenya, alasan konseli menganut gaya hidup hedonisme serta efek yang dirasakan oleh konseli yang menganut gaya hidup atau perilaku hedonisme.
7. Konselor meminta kepada konseli untuk mengumpulkan tugas tersebut.
8. Konselor meminta konseli untuk memahami pikiran yang irrasionalnya.
9. Konselor membantah pikiran irrasional konseli.
10. Konselor menjelaskan kepada konseli efek dari pikiran yang irrasionalnya.
11. Konselor memberikan contoh keyakinan irrasional terkait bagaimana konseli menanggapi kehidupan di sekitar konseli.

Materi III

Mengelola Pikiran

1. Rasionalisasi

Konseling REBT tepat digunakan dalam mengurangi perilaku hedonisme dikarenakan mahasiswa yang memiliki perilaku hedonisme memiliki keyakinan irrasional dalam menggapai faktor yang ada diluar mahasiswa. Dalam penelitian ini, mahasiswa yang berperilaku hedonisme dikarenakan keyakinan mereka apabila tidak dapat mengikuti perkembangan zaman, maka mereka tidak akan diterima di lingkungannya bahkan akan merasa terkucilkan sendiri.

Konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* adalah system psikoterapi yang mengajari individu bagaimana system keyakinan menentukan yang dirasakan dan dilakukannya pada peristiwa dalam kehidupannya.

2. Bagaimana mengelola pikiran

Menjaga dan mengelola pikiran positif sebagai pondasi untuk berperilaku positif merupakan sesuatu yang dapat dilakukan oleh siapapun. Setidaknya hal tersebut dapat dipelajari sehingga selalu terbuka kemungkinan bagi siapapun, untuk belajar mengelola pikiran positif guna mendukung apapun yang dilakukan dalam kehidupan. Setelah mempelajari cara mengelola pikiran positif dan sering melatihnya dalam kehidupan sehari-hari, maka semakin mudah lah perjalanan diri untuk sampai pada kesuksesan yang di inginkan.

Sukses dalam hal apapun merupakan sesuatu yang diinginkan oleh kebanyakan orang atau bahkan setiap orang dan untuk mencapainya diperlukan usaha di mana dengan pikiran positif maka usaha untuk mencapai sukses akan lebih mudah dan sering kali bantuan datang tidak terduga karena berpikir positif dan bersikap positif. Setidaknya ada lima hal yang dapat dilakukan guna membangun dan memupuk pikiran positif serta menghilangkan pikiran negative.

a. Mengelola sugesti positif

Sugesti positif merupakan salah satu hal yang dapat membantu seseorang memiliki sikap mental yang positif serta fokus pada tujuan yang ingin dicapai. Sugesti yang berhasil adalah yang dapat memasuki tingkah bawa sadar, sehingga seseorang dapat lebih percaya diri dan yakin dengan apapun yang dilakukan dalam mencapai sebuah

tujuan yang ingin dicapai. Efek yang dihasilkan oleh sugesti positif pada umumnya adalah dapat memunculkan energy semangat yang meluap-luap sehingga seseorang mungkin akan kaget pada efek yang mengelola sugesti positif pada dirinya sendiri. Hilangnya pikiran-pikiran negative seperti takut salah, takut gagal, merupakan efek positif yang dapat diperoleh mengelola sugesti positif.

b. Lebih banyak bersyukur dan berhenti mengeluh

Sama halnya dengan mengelola sugesti positif, salah satu juga yang dapat dilakukan untuk memupuk pikiran positif dan sikap mental positif adalah dengan bersyukur. Dengan bersyukur akan meringankan beban yang ditanggung dan dapat dihadapi dengan pikiran dan mental yang positif. Berbeda dengan sikap mengeluh, sikap ini akan memupuk pikiran-pikiran negative yang nantinya akan melemahkan semangat dan terkadang membuat seseorang akan putus asa dengan keadaan yang dijalaninya. Melihat kondisi orang lain yang lebih buruk dari kita, dapat menjadi cara sederhana dalam memupuk semangat dan pikiran positif untuk kita. Dan tentu kita lebih bersyukur dalam menjalani kehidupan.

c. Melakukan visualisasi keberhasilan

Melakukan visualisasi tentang sukses dan keberhasilan mencapai tujuan yang di inginkan, merupakan cara lain untuk memupuk pikiran positif. Berani bermimpi merupakan bagian penting untuk meraih impian tersebut. Seseorang yang berani bermimpi secara tidak langsung, akan memiliki tambahan semangat dan secara alam bawah sadar akan menata strategi tentang bagaimana meraih impian tersebut selama memang impian tersebut rasional dan bukan sesuatu yang mustahil. Visualisasi tentang keberhasilan meraih tujuan juga dapat merupakan bagian dari terapi relaksasi agar pikiran dan tubuh menjadi lebih bahagia dan rileks.

HASIL PERTEMUAN 4

Desputing perilaku

A. Tema

Desputing perilaku

B. Kegiatan

1. Pengarahan tingkah laku yang rasional
2. agar konseli mampu untuk membangun aktifitas perilaku yang positif

C. Tujuan

1. Konseli memahami perilaku yang rasional
2. Kesadaran untuk berperilaku positif
3. Membangun aktifitas perilaku hidup yang positif.

D. Materi : Terlampir

E. Referensi :

F. Metode : diskusi dan penugasan

G. Alokas waktu : 80 menit

H. Sarana : kertas dan alat tulis

I. Prosedur :

1. Konselor memberikan pemahaman kepada konseli bagaimana perilaku yang rasional
2. Konselor memberikan contoh perilaku yang rasional.
3. Konselor meminta kepada konseli dan anggota kelompok untuk menyebutkan perilaku yang rasional
4. Konselor meminta konseli untuk mengutarakan alasannya mengikuti perilaku hedonism dan nilai positif mengikuti perilaku hedonisme.
5. Konselor memberikan tugas untuk menuliskan perilaku hidup yang tepat.
6. Konselor dan konseli membuat kesepakatan untuk mematuhi aturan tersebut.
7. Masing-masing konseli diminta pendapatnya untuk merefleksi perilakunya selama ini.
8. Konselor mengajak diskusi konseli terkait aktifitas perilaku atau gaya hidup yang memberikan manfaat yang baik.
9. Konselor dan konseli merumuskan aktifitas yang harus di sepakati oleh konseli untuk di taati.

10. Konselor memberikan penjelasan bahwa akan mengamati perkembangan aktifitas konseli dan anggota kelompok.

Materi IV

Mengelola Emosi

A. Apa pengertian dan penyebab emosi

Pada dasarnya, arah emosi dasar manusia dapat dibagi menjadi dua yaitu emosi negatif dan emosi positif. Emosi negatif bersifat destruktif (merusak), baik diri sendiri maupun orang lain. Tetapi, emosi negatif kadang di perlukan pada saat-saat tertentu. Dibawah ini akan dijelaskan emosi negatif, yang merupakan emosi dasar dan penyebabnya, muncul emosi negatif tersebut

Goleman (2002) mengatakan emosi dasar negatif adalah perasaan individu yang dirasakan kurang menyenangkan (ketakutan, kekhawatiran, kecemasan, kebencian, kemarahan) yang berlebihan yang dapat membuat individu bertindak dengan sangat tidak rasional atau diluar kontrol. (Plutchick, 1987) mendefinisikan emosi dasar negatif adalah suatu keadaan dalam diri seseorang yang dirasakan kurang menyenangkan sehingga mempengaruhi sikap dan perilaku individu dalam berhubungan dengan orang lain.

Menurut Markam (2004), faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya emosi dasar negatif yaitu:

1. Antesenden stimuli atau antesenden situasional

Pengalaman emosi memiliki penyebab yang lebih tepat disebut antesenden. Emosi akan timbul apabila dijumpai suatu stimulus yang sesuai dengan harapan atau tidak sesuai dengan harapan, misalnya: suatu keadaan atau stimuli yang dihadapi sesuai dengan harapan individu, maka emosi yang akan terjadi adalah emosi positif dan sebaliknya, apabila seseorang menghadapi stimuli yang bertentangan dengan apa yang diharapkan, maka yang terjadi adalah emosi negatif.

2. Kepedulian dan antesenden disposisi lainnya

Disposisi adalah kepekaan subjek terhadap stimulus tertentu, karena tidak semua stimulus dapat membangkitkan emosi. Kepedulian adalah disposisi untuk menginginkan terjadinya atau tidak terjadinya suatu peristiwa, yang memacu subjek untuk mencari kepuasan tertentu atau menghindarinya. Penyebab emosi pada umumnya adalah masalah hubungan antar manusia, berita baik buruk, situasi

ketidakadilan, situasi baru dan berbagai peristiwa yang menyenangkan dan yang tidak menyenangkan.

3. Regulasi atau pengaturan emosi

Manusia tidak hanya memiliki emosi, menjadi emosional akibat situasi yang mengubah kesiapan aksinya, tapi manusia juga mengatur dan menangani emosinya (handle). Manusia dapat mengambil jarak terhadap emosinya, dapat menghindari dari situasi agar tidak emosional dan dapat menyeleksi informasi agar stimulus yang dihadapinya tidak begitu menyakitkan. Regulasi adalah semua proses yang mempunyai fungsi mengubah proses lain pengalaman dan aksi yang ditimbulkan stimulus tertentu. Ada dua dualisme regulasi, yaitu sebagai kegiatan yang mengatur dan sebagai kegiatan yang diatur. Regulasi dapat mempengaruhi perilaku dan sifat pengalaman emosional.

B. Bagaimana mengelola emosi yang positif

1. Menenangkan diri

Dari perspektif manajemen marah, marah bisa dilihat sebagai sebuah siklus agresi (aggression cycle) yang terdiri dari eskalasi, eksplosif, dan pasca-eksplosif. Oleh karena itu, saat Anda marah, tenang diri sehingga siklus agresi Anda berantakan. Dengan pikiran tenang, Anda bisa berpikir logis dan mencari solusi.

2. Berempati

Pemicu marah terkadang hal sepele. Untuk menghindari masalah sepele ini menjadi besar, berempatilah. Empati adalah keadaan mental yang membuat Anda merasakan keadaan atau pikiran orang lain.

Kembali kepada contoh pengendara yang menyalip Anda, berempatilah kepada dia. Mungkin dia sedang buru-buru atau memang karakternya sudah begitu. Dengan berempati, Anda tidak akan mengeluarkan sumpah serapah dan nama hewan. Anda mungkin akan sedikit susah berempati ini karena merasa diri lebih superior. Namun, kuatkanlah melakukannya karena memang tujuan Anda adalah meredakan marah.

3. Mengingat dampak negatif yang akan terjadi

Emosi yang meluap-luap biasanya membuat yang bersangkutan gelap mata. Jika sudah demikian, dia akan memukul, berteriak, memaki, atau merusak barang-barang yang ada. Nah, untuk menghindari keadaan ini, ingatlah dampak negatif yang akan terjadi jika Anda tidak bisa melawan emosi. Sebagai contoh, Anda bertengkar hebat dengan isteri Anda. Saat amarah akan meledak (misalnya Anda akan memukul), ingat dampak negatif yang akan terjadi seperti isteri Anda akan lebam mukanya, mertua membenci Anda, atau Anda dilaporkan isteri Anda ke polisi karena melakukan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT).

4. Menganggap hari terakhir Anda hidup

Jika Anda masih sulit mengontrol emosi, anggap hari saat Anda marah adalah hari terakhir Anda hidup. Dengan menganggap seperti itu, emosi Anda akan mereda dengan sendirinya karena Anda ingin mati dengan membawa kebaikan, bukan membawa emosi.

5. Memaafkan dan melupakan

Anda sering mengungkit-ungkit masalah lama sehingga emosi Anda meluap lagi? Mulai sekarang, maafkan mereka yang telah memberi Anda masalah (misalnya menyakiti, membohongi, merendahkan, atau menjelekkan Anda) dan lupakan.

Cara ini adalah cara favorit saya dalam menghilangkan emosi. Dengan memaafkan dan melupakan, saya bisa berfokus pada hal-hal penting yang berdampak positif pada kehidupan saya. Selain itu, saya juga terhindar dari balas dendam.

6. Berolahraga

Cara lain yang bisa Anda lakukan untuk mengatasi emosi adalah berolahraga seperti berjalan kaki, bermain sepak bola, lari, atau berenang. Apa pun jenisnya, olahraga bisa menstimulasi zat-zat kimia dalam otak yang membuat Anda lebih rileks dan bahagia. Selain itu, olahraga akan menguras energi Anda secara positif sehingga melenturkan ketegangan syaraf Anda. Emosi harus dikendalikan agar tidak memberi dampak negatif

pada diri sendiri atau orang lain. Cobalah Anda melakukan 7 cara di atas. Jangan heran bila Anda kesulitan menerapkannya karena memang mengendalikan emosi itu perlu waktu dan latihan. Cobalah terus menerus sehingga Anda mendapatkan cara efektif dalam mengontrol emosi Anda.

HASIL PELAKSANAAN 5

New Feelling

A. Tema

New Feelling

B. Kegiatan

1. New Feelling (merumuskan perilaku hidup yang baru)
2. Post Test
3. Penutup

C. Tujuan :

1. Merumuskan perilaku hidup yang baru.
2. Mengetahui perkembangan perilaku konseli yang baru
3. Mengakhiri kegiatan konseling kelompok.

D. Materi :

E. Referensi :

F. Metode : diskusi dan pengisian skala

G. Alokasi waktu : 80 menit

H. Sarana : kertas dan alat tulis

I. Prosedur :

1. Konselor meminta konseli untuk mengutarakan pikirannya setelah mendapatkan intervensi dari konselor
2. Masing-masing konseli mengevaluasi sejauh mana perubahan perilaku hedonisme yang dibantu oleh anggota kelompok yang lain.
3. Konselor menjelaskan perilaku yang baik dan masing-masing anggota kelompok diminta untuk menanggapi perilaku hidup yang baik tersebut.
4. Masing-masing anggota kelompok membuat kesepakatan untuk berubah kearah perilaku yang positif.
5. Konselor membagikan instrument skala perilaku hedonisme kepada setiap anggota kelompok.
6. Konselor memberikan penjelasan terkait pengisian skala perilaku hedonisme.

7. Konselor meminta kepada konseli untuk mengisi skala perilaku hedonisme sesuai dengan pemahaman dan perubahan perilaku hedonism konseli setelah diberikan treatment
8. Konselor meminta konseli untuk mengumpulkan instrument tersebut setelah konseli selesai mengisinya.
9. konselor memberikan kesempatan kepada konseli dan anggota kelompok untuk menyampaikan kritik dan saran terkait layanan konseling kelompok yang telah dilakukan.
10. Konselor menyampaikan rasa terimakasih dan permohonan maaf selama proses konseling kelompok.
11. Konselor mendokan agar konseli dan anggota kelompok yang lain bisa berubah kearah yang lebih baik lagi.

Materi V

Membentuk perilaku yang baik

A. Rasionalisasi

Membentuk perilaku yang baik adalah suatu proses penerapan yang dilakukan melalui pengenalan moral dan aturan-aturan. Seseorang dituntut untuk berakhlak baik, membentuk sikap dan perilaku yang baik itu sangat diperlukan untuk membentuk karakter seseorang dalam perilaku yang baik dilingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat setempat.

B. Bagaimana membentuk perilaku yang baik

Menjadi individu yang berkepribadian positif merupakan keinginan hampir semua orang di dunia ini. Namun untuk menjadi pribadi yang positif, tidak semua orang bisa melakukannya. Menjadi pribadi yang positif berarti mengubah kepribadian menjadi lebih positif, memiliki sikap dan perasaan positif yang pada akhirnya mampu meningkatkan kualitas hidup menjadi lebih baik. Kepribadian dan sikap yang positif berasal dari pikiran yang positif. Karena pikiranlah asal mula dari semua sikap dan tindakan yang kita lakukan. Baik itu cara berpikir maupun pola pikir kita menunjukkan cara berpikir yang positif maka semua tindakan dan tingkah laku yang kita lakukan akan menunjukkan tindakan dan tingkah laku yang positif pula.

Sikap positif Anda akan membuat segala sesuatu yang Anda lakukan juga akan selalu positif, baik serta terhindar dari berbagai sikap dan perilaku negative. Saat Anda memiliki sikap positif Anda akan mampu menjadi pribadi yang bijaksana, memiliki cinta kasih terhadap sesama, ramah, jujur, tangguh dan dapat diandalkan dalam semua hal. Pada akhirnya pola pikir positif akan mempengaruhi semua kepribadian, sikap dan perasaan Anda untuk menjadi lebih baik dan lebih baik lagi

Saat Anda mampu menjadi pribadi yang berkepribadian yang positif seperti ini, Anda akan mampu merasakan berbagai manfaat bagi diri Anda. Berbagai manfaat yang bisa Anda dapatkan saat mampu memiliki kepribadian, sikap dan perasaan positif antara lain, yaitu:

1. Mendapatkan ketenangan dan kebahagiaan hidup
2. Mendapatkan berbagai kemudahan dalam hidup
3. Meningkatkan kesehatan, kebahagiaan dan kekuatan hidup
4. Memiliki berbagai sifat dan perilaku positif

5. Memudahkan Anda dalam memecahkan berbagai permasalahan dalam hidup
6. Menjadikan Anda pribadi yang bijaksana, memiliki cinta kasih.
7. Terhindar dari berbagai hal negative, dan masih banyak lagi.

HASIL PELAKSANAAN 6

New Feelling

J. Tema

Lanjutan pertemuan ke lima

K. Kegiatan

4. New Feelling (merumuskan perilaku hidup yang baru)
5. Post Test
6. Penutup

L. Tujuan :

4. Merumuskan perilaku hidup yang baru.
5. Mengetahui perkembangan perilaku konseli yang baru
6. Mengakhiri kegiatan konseling kelompok.

M. Materi :

N. Referensi :

O. Metode : diskusi dan pengisian skala

P. Alokasi waktu : 80 menit

Q. Sarana : kertas dan alat tulis

R. Prosedur :

12. Konselor meminta konseli untuk mengutarakan pikirannya setelah mendapatkan intervensi dari konselor
13. Masing-masing konseli mengevaluasi sejauh mana perubahan perilaku hedonisme yang dibantu oleh anggota kelompok yang lain.
14. Konselor menjelaskan perilaku yang baik dan masing-masing anggota kelompok diminta untuk menanggapi perilaku hidup yang baik tersebut.
15. Masing-masing anggota kelompok membuat kesepakatan untuk berubah kearah perilaku yang positif.
16. Konselor membagikan instrument skala perilaku hedonisme kepada setiap anggota kelompok.
17. Konselor memberikan penjelasan terkait pengisian skala perilaku hedonisme.

18. Konselor meminta kepada konseli untuk mengisi skala perilaku hedonisme sesuai dengan pemahaman dan perubahan perilaku hedonism konseli setelah diberikan treatment
19. Konselor meminta konseli untuk mengumpulkan instrument tersebut setelah konseli selesai mengisinya.
20. konselor memberikan kesempatan kepada konseli dan anggota kelompok untuk menyampaikan kritik dan saran terkait layanan konseling kelompok yang telah dilakukan.
21. Konselor menyampaikan rasa terimakasih dan permohonan maaf selama proses konseling kelompok.
22. Konselor mendokan agar konseli dan anggota kelompok yang lain bisa berubah kearah yang lebih baik lagi.

LAMPIRAN 7
Jadwal Pelaksanaan Kegiatan
Konseling Kelompok REBT

**JADWAL KEGIATAN
KONSELING KELOMPOK
RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL THERAPY**

NO	HARI/TANGGAL	WAKTU	KEGIATAN PELATIHAN
1	Sabtu,10-12-2016	11.00-11.40	<i>Pre Test</i>
2	Rabu, 14-12-2016	13.30-15.00	Kontrak, pengenalan dan pengantar tentang hedonisme
3	Kamis,15-12-2016	10.00-11.00	Pengertian hedonism dan dampak dari perilaku hedonisme
4	Jumat,16-12-2016	09.00-10.20	<i>Disputing Pikiran</i>
5	Sabtu,17-12-2016	10.30-12.00	<i>Desputing perilaku</i>
6	Senin,19-12-2016	14.00-15.15	<i>New Feelling</i>
7	Selasa,20-12-2016	13.00-14.45	Kontrak Komitmen perilaku yang baik
8	Rabu,21-12-2016	08.30-09.10	<i>Pos test</i>

LAMPIRAN 8
Data *Pos Test*
Angket Perilaku Hedonisme

Pos test

Kelompok control

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
1	DD	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	3	4
2	ER	2	4	2	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3
3	DC	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
4	DF	2	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4
5	AF	4	4	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4
6	RF	3	3	4	2	3	4	4	2	4	2	4	2	3	3	2	4	4	4	4
7	ST	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4
8	MF	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	4	2	4	4	4	3
Jumlah		24	25	21	24	25	26	26	23	26	22	27	25	20	27	21	27	27	26	29

20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	Jumlah
3	4	3	4	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	117
3	3	3	2	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	113
3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	105
3	4	3	4	4	3	4	3	4	2	3	3	4	3	2	3	111
3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	112
4	2	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	2	116
3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	4	4	3	106
3	3	4	1	2	2	4	3	2	3	3	4	1	2	4	4	109
25	25	25	21	23	23	26	28	27	24	29	23	24	24	27	26	951

Kelompok eksperimen

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	7	18	19
1	SS	4	3	3	4	3	3	4	2	3	3	4	2	3	2	3	4	4	3	2
2	DS	2	2	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3
3	CD	3	4	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	2
4	EF	4	3	4	3	2	4	3	4	2	4	2	4	2	4	3	3	2	3	3
5	GH	2	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	4	3	2	4
6	RU	3	4	3	4	3	4	4	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4	3	2
7	GF	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3
8	SE	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	3
Jumlah		26	27	25	27	23	30	28	26	27	26	25	25	26	25	25	29	27	22	22

20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	jumlah
3	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	3	111
4	4	3	4	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	112
4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	114
4	3	4	4	2	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	114
3	4	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	2	4	3	4	113
4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	120
4	4	3	3	4	3	2	4	2	4	3	2	4	3	4	4	119
3	4	3	4	4	2	3	2	3	4	3	4	2	3	4	4	115
29		25	28	28	23	26	26	24	28	26	24	26	26	31	28	918

LAMPIRAN 9

Hasil Uji Normalitas

Uji Normalitas

Case Processing Summary

kelompok	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Nilai 1	8	100.0%	0	.0%	8	100.0%
2	8	100.0%	0	.0%	8	100.0%
3	8	100.0%	0	.0%	8	100.0%
4	8	100.0%	0	.0%	8	100.0%

Descriptives

Kelompok			Statistic	Std. Error
Nilai 1	1	Mean	118.88	1.060
		95% Confidence Interval for Mean		
		Lower Bound	116.37	
		Upper Bound	121.38	
		5% Trimmed Mean	118.81	
		Median	118.50	
		Variance	8.982	
		Std. Deviation	2.997	
		Minimum	115	
		Maximum	124	
		Range	9	
		Interquartile Range	5	
		Skewness	.457	.752
		Kurtosis	-.491	1.481
2	2	Mean	111.12	1.529
		95% Confidence Interval for Mean		
		Lower Bound	107.51	
		Upper Bound	114.74	
		5% Trimmed Mean	111.14	
		Median	111.50	
		Variance	18.696	

	Std. Deviation	4.324	
	Minimum	105	
	Maximum	117	
	Range	12	
	Interquartile Range	8	
	Skewness	-.113	.752
	Kurtosis	-1.088	1.481
3	Mean	128.00	1.225
	95% Confidence Interval for Lower Bound	125.10	
	Mean Upper Bound	130.90	
	5% Trimmed Mean	127.83	
	Median	127.50	
	Variance	12.000	
	Std. Deviation	3.464	
	Minimum	124	
	Maximum	135	
	Range	11	
	Interquartile Range	4	
	Skewness	1.155	.752
	Kurtosis	1.700	1.481
4	Mean	114.75	1.130
	95% Confidence Interval for Lower Bound	112.08	
	Mean Upper Bound	117.42	
	5% Trimmed Mean	114.67	
	Median	114.00	
	Variance	10.214	
	Std. Deviation	3.196	
	Minimum	111	
	Maximum	120	
	Range	9	

Interquartile Range	6	
Skewness	.827	.752
Kurtosis	-.461	1.481

Tests of Normality

kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nilai 1	.136	8	.200 [*]	.964	8	.844
2	.132	8	.200 [*]	.955	8	.763
3	.157	8	.200 [*]	.926	8	.479
4	.219	8	.200 [*]	.897	8	.273

LAMPIRAN 10
Hasil Uji Homogenitas

Uji Homogenitas

Descriptives

Nilai								
					95% Confidence Interval for Mean			
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	Lower Bound	Upper Bound	Minimum	Maximum
1	8	118.88	2.997	1.060	116.37	121.38	115	124
2	8	111.12	4.324	1.529	107.51	114.74	105	117
3	8	128.00	3.464	1.225	125.10	130.90	124	135
4	8	114.75	3.196	1.130	112.08	117.42	111	120
Total	32	118.19	7.222	1.277	115.58	120.79	105	135

Test of Homogeneity of Variances

Nilai

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.431	3	28	.732

LAMPIRAN 11
Hasil Uji Anova

ANOVA

Nilai					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	1267.625	3	422.542	33.876	.000
Within Groups	349.250	28	12.473		
Total	1616.875	31			

Multiple Comparisons

Dependent Variable: Nilai

	(I) kelomp ok	(J) kelomp ok	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
Tukey HSD	1	2	7.750 [*]	1.766	.001	2.93	12.57
		3	-9.125 [*]	1.766	.000	-13.95	-4.30
		4	4.125	1.766	.114	-.70	8.95
	2	1	-7.750 [*]	1.766	.001	-12.57	-2.93
		3	-16.875 [*]	1.766	.000	-21.70	-12.05
		4	-3.625	1.766	.193	-8.45	1.20
	3	1	9.125 [*]	1.766	.000	4.30	13.95
		2	16.875 [*]	1.766	.000	12.05	21.70
		4	13.250 [*]	1.766	.000	8.43	18.07
	4	1	-4.125	1.766	.114	-8.95	.70
		2	3.625	1.766	.193	-1.20	8.45
		3	-13.250 [*]	1.766	.000	-18.07	-8.43
LSD	1	2	7.750 [*]	1.766	.000	4.13	11.37
		3	-9.125 [*]	1.766	.000	-12.74	-5.51
		4	4.125 [*]	1.766	.027	.51	7.74
	2	1	-7.750 [*]	1.766	.000	-11.37	-4.13
		3	-16.875 [*]	1.766	.000	-20.49	-13.26
		4	-3.625 [*]	1.766	.050	-7.24	.00

	3	1	9.125 ⁺	1.766	.000	5.51	12.74
		2	16.875 ⁺	1.766	.000	13.26	20.49
		4	13.250 ⁺	1.766	.000	9.63	16.87
	4	1	-4.125 ⁺	1.766	.027	-7.74	-.51
		2	3.625 ⁺	1.766	.050	.01	7.24
		3	-13.250 ⁺	1.766	.000	-16.87	-9.63
Bonferroni	1	2	7.750 ⁺	1.766	.001	2.74	12.76
		3	-9.125 ⁺	1.766	.000	-14.14	-4.11
		4	4.125	1.766	.161	-.89	9.14
	2	1	-7.750 ⁺	1.766	.001	-12.76	-2.74
		3	-16.875 ⁺	1.766	.000	-21.89	-11.86
		4	-3.625	1.766	.297	-8.64	1.39
	3	1	9.125 ⁺	1.766	.000	4.11	14.14
		2	16.875 ⁺	1.766	.000	11.86	21.89
		4	13.250 ⁺	1.766	.000	8.24	18.26
	4	1	-4.125	1.766	.161	-9.14	.89
		2	3.625	1.766	.297	-1.39	8.64
		3	-13.250 ⁺	1.766	.000	-18.26	-8.24
Games-Howell	1	2	7.750 ⁺	1.860	.006	2.26	13.24
		3	-9.125 ⁺	1.619	.000	-13.84	-4.41
		4	4.125	1.549	.078	-.38	8.63
	2	1	-7.750 ⁺	1.860	.006	-13.24	-2.26
		3	-16.875 ⁺	1.959	.000	-22.60	-11.15
		4	-3.625	1.901	.273	-9.21	1.96
	3	1	9.125 ⁺	1.619	.000	4.41	13.84
		2	16.875 ⁺	1.959	.000	11.15	22.60
		4	13.250 ⁺	1.666	.000	8.40	18.10
	4	1	-4.125	1.549	.078	-8.63	.38
		2	3.625	1.901	.273	-1.96	9.21
		3	-13.250 ⁺	1.666	.000	-18.10	-8.40

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

Nilai

kelompok	N	Subset for alpha = 0.05		
		1	2	3
Tukey HSD ^a	2	111.12		
	4	114.75	114.75	
	1		118.88	
	3			128.00
	Sig.	.193	.114	1.000

Means for groups in homogeneous subsets are displayed.

a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 8.000.

LAMPIRAN 12
Daftar Hadir Pelaksanaan
Konseling Kelompok REBT

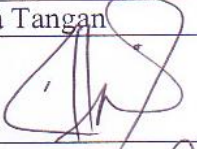
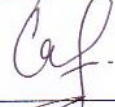
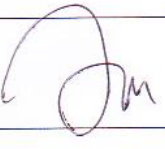
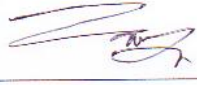
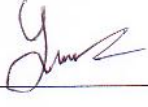
DAFTAR HADIR *PRE TEST*

KELOMPOK KONTROL

Hari / tanggal :

Tempat :

Waktu :

No	Nama	Prodi	Tanda Tangan
1	DD	AKUNTANSI	1. 
2	ER	AKUNTANSI	2. 
3	DC	AKUNTANSI	3. 
4	DF	AKUNTANSI	4. 
5	AF	AKUNTANSI	5. 
6	RF	AKUNTANSI	6. 
7	ST	AKUNTANSI	7. 
8	MF	AKUNTANSI	8. 

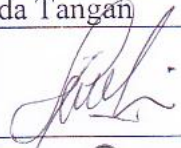
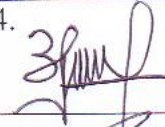
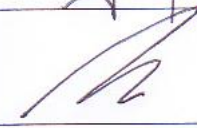
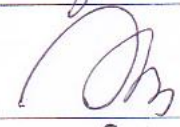
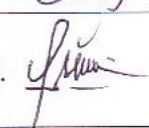
DAFTAR HADIR *PRE TEST*

KELOMPOK EKSPERIMEN

Hari / tanggal : Sabtu - 10 - 12 - 2016

Tempat : Ruang Ekonomi

Waktu : 11.00 - 11.40

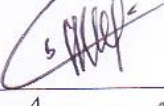
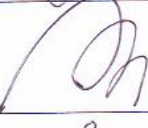
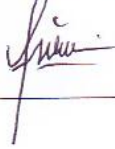
No	Nama	Prodi	Tanda Tangan
1.	SS	AKUNTANSI	1. 
2	DS	AKUNTANSI	2. 
3	CD	AKUNTANSI	3. 
4	EF	AKUNTANSI	4. 
5	GH	AKUNTANSI	5. 
6	RU	AKUNTANSI	6. 
7	GF	AKUNTANSI	7. 
8	SE	AKUNTANSI	8. 

DAFTAR HADIR KONSELING KELOMPOK REBT

Hari / Tanggal : Rabu - 14 - 12 - 2016

Tempat : Ruang Ekonomis

Waktu : 13.30 - 15.00

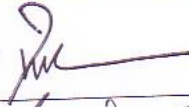
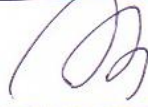
No	Nama	Prodi	Tanda Tangan
1	SS	AKUNTANSI	1. 
2	DS	AKUNTANSI	2. 
3	CD	AKUNTANSI	3. 
4	EF	AKUNTANSI	4. 
5	GH	AKUNTANSI	5. 
6	RU	AKUNTANSI	6. 
7	GF	AKUNTANSI	7. 
8	SE	AKUNTANSI	8. 

DAFTAR HADIR KONSELING KELOMPOK REBT

Hari / Tanggal : 15-12-2016 ~~Kamis~~ ~~Rabu~~ Kamis

Tempat : Ruang Ekonomi

Waktu : ~~17.00-19.30~~ 10.00-11

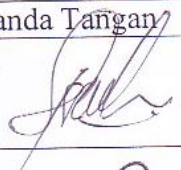
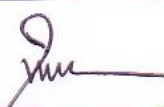
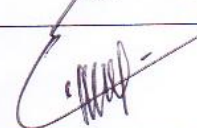
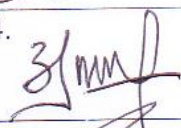
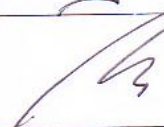
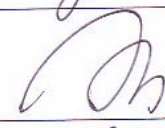
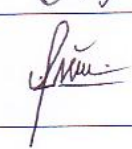
No	Nama	Prodi	Tanda Tangan
1	SS	AKUNTANSI	1. 
2	DS	AKUNTANSI	2. 
3	CD	AKUNTANSI	3. 
4	EF	AKUNTANSI	4. 
5	GH	AKUNTANSI	5. 
6	RU	AKUNTANSI	6. 
7	GF	AKUNTANSI	7. 
8	SE	AKUNTANSI	8. 

DAFTAR HADIR KONSELING KELOMPOK REBT

Hari / Tanggal : Jumat - 12-12-2016

Tempat : Ruang Ekonomi

Waktu : 09.00 - 10.20

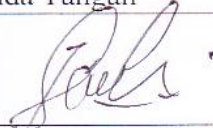
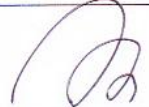
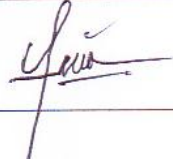
No	Nama	Prodi	Tanda Tangan
1	SS	AKUNTANSI	1. 
2	DS	AKUNTANSI	2. 
3	CD	AKUNTANSI	3. 
4	EF	AKUNTANSI	4. 
5	GH	AKUNTANSI	5. 
6	RU	AKUNTANSI	6. 
7	GF	AKUNTANSI	7. 
8	SE	AKUNTANSI	8. 

DAFTAR HADIR KONSELING KELOMPOK REBT

Hari / Tanggal : Selasa 20 - 12 - 2016

Tempat : Ruang Ekonomi

Waktu : 13.00 - 14.45

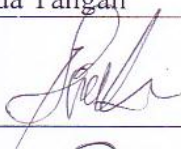
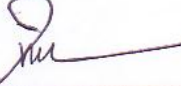
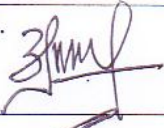
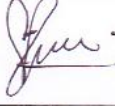
No	Nama	Prodi	Tanda Tangan
1	SS	AKUNTANSI	1. 
2	DS	AKUNTANSI	2. 
3	CD	AKUNTANSI	3. 
4	EF	AKUNTANSI	4. 
5	GH	AKUNTANSI	5. 
6	RU	AKUNTANSI	6. 
7	GF	AKUNTANSI	7. 
8	SE	AKUNTANSI	8. 

DAFTAR HADIR KONSELING KELOMPOK REBT

Hari / Tanggal : Rabu, 21-12-2016

Tempat : Ruang Ekonomi

Waktu : 08.30 - 09.10

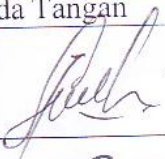
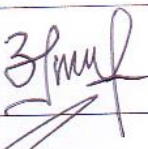
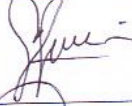
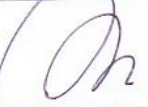
No	Nama	Prodi	Tanda Tangan
1	SS	AKUNTANSI	1. 
2	DS	AKUNTANSI	2. 
3	CD	AKUNTANSI	3. 
4	EF	AKUNTANSI	4. 
5	GH	AKUNTANSI	5. 
6	RU	AKUNTANSI	6. 
7	GF	AKUNTANSI	7. 
8	SE	AKUNTANSI	8. 

DAFTAR HADIR KONSELING KELOMPOK REBT

Hari / Tanggal : Senin, 19-12-2016

Tempat : Ruang Ekonomi

Waktu : 14.00 - 15.15

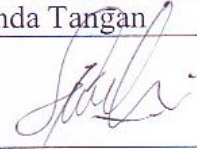
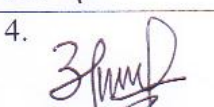
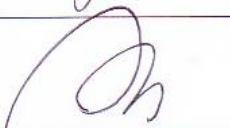
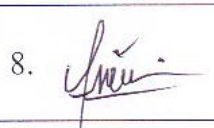
No	Nama	Prodi	Tanda Tangan
1	SS	AKUNTANSI	1. 
2	DS	AKUNTANSI	2. 
3	CD	AKUNTANSI	3. 
4	EF	AKUNTANSI	4. 
5	GH	AKUNTANSI	5. 
6	RU	AKUNTANSI	6. 
7	GF	AKUNTANSI	7. 
8	SE	AKUNTANSI	8. 

DAFTAR HADIR KONSELING KELOMPOK REBT

Hari / Tanggal : Kamis, ~~10-00~~ 15-12-2016

Tempat : Ruang Ekonomi

Waktu : 10.00 - 11.00

No	Nama	Prodi	Tanda Tangan
1	SS	AKUNTANSI	1. 
2	DS	AKUNTANSI	2. 
3	CD	AKUNTANSI	3. 
4	EF	AKUNTANSI	4. 
5	GH	AKUNTANSI	5. 
6	RU	AKUNTANSI	6. 
7	GF	AKUNTANSI	7. 
8	SE	AKUNTANSI	8. 

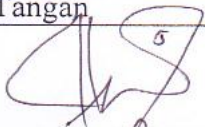
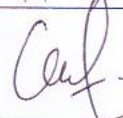
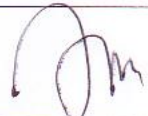
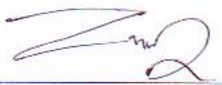
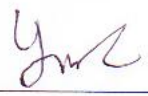
DAFTAR HADIR *Post Test*

KELOMPOK KONTROL

Hari / tanggal :

Tempat :

Waktu :

No	Nama	Prodi	Tanda Tangan
1	DD	AKUNTANSI	1. 
2	ER	AKUNTANSI	2. 
3	DC	AKUNTANSI	3. 
4	DF	AKUNTANSI	4. 
5	AF	AKUNTANSI	5. 
6	RF	AKUNTANSI	6. 
7	ST	AKUNTANSI	7. 
8	MF	AKUNTANSI	8. 

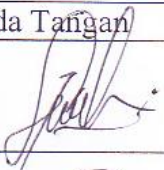
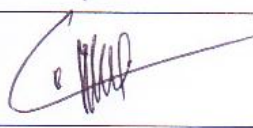
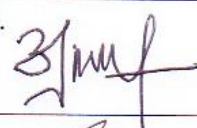
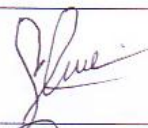
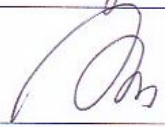
DAFTAR HADIR *Post Test*

KELOMPOK EKSPERIMEN

Hari / tanggal : Sabtu, 17 - 12 - 2016

Tempat : Ruang Ekonomi

Waktu : 10.30 - 12.00

No	Nama	Prodi	Tanda Tangan
1	SS	AKUNTANSI	1. 
2	DS	AKUNTANSI	2. 
3	CD	AKUNTANSI	3. 
4	EF	AKUNTANSI	4. 
5	GH	AKUNTANSI	5. 
6	RU	AKUNTANSI	6. 
7	GF	AKUNTANSI	7. 
8	SE	AKUNTANSI	8. 

LAMPIRAN 13
Dokumentasi
Konseling Kelompok REBT

DOKUMENTASI KEGIATAN KONSELING
RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL THERAPY



Try Out Angket Perilaku Hedonisme



Konseling Kelompok REBT



Pre Test Angket Perilaku Hedonisme Kelompok Eksperimen dan Kontrol



Konseling kelompok REBT



Post Test KelompokEksperimen dan Kontrol

