

PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK PROBLEM SOLVING UNTUK MENGURANGI GAYA HIDUP HEDONIS PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 2 KARANGANYAR

Lia Kristiani¹, Eny Kusumawati², Diana Dewi Wahyuningsih³

^{1,2,3}Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

liakristiani2399@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh dari layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* untuk mengurangi gaya hidup hedonis pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, jenis pre eksperimental Design dengan desain penelitian *one group pre-test post-test*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, di mana sampel jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 10 siswa kelas XI MIPA 2 dan XI IPS 4. Metode pengumpulan data menggunakan angket, wawancara, dan observasi. Validitas instrumen menggunakan rumus product moment, reliabilitas dengan rumus Cronbach Alpha, dan analisis data dengan menggunakan uji t. Berdasarkan hasil analisis data dengan uji t (paired sample t-test), diperoleh hasil bahwa t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} yaitu $14.195 > 1.8331$ dan Sig. (2- tailed) = $0,000 < 0,05$. Hasil tersebut disimpulkan bahwa Hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima, pernyataan tersebut dapat dikatakan bahwa ada pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik problem solving untuk mengurangi gaya hidup hedonis siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar.

Kata Kunci : Bimbingan Kelompok, Teknik Problem Solving, Gaya Hidup Hedonis

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of problem solving technique group guidance services to reduce the hedonic lifestyle in class XI students of SMA Negeri 2 Karanganyar. The research method used is quantitative, a type of pre-experimental design with a one-group pre-test post-test research design. The sampling technique in this study was purposive sampling, in which the number of samples in this study were 10 students in class XI MIPA 2 and XI IPS 4. Data collection methods used questionnaires, interviews, and observation. The validity of the instrument used the product moment formula, the reliability used the Cronbach Alpha formula, and the data analysis used the t test. Based on the results of data analysis using the t-test (paired sample t-test), the result is that t_{count} is greater than t_{table} , namely $14.195 > 1.8331$ and Sig. (2-tailed) = $0.000 < 0.05$. These results concluded that the hypothesis H_0 was rejected and H_a was accepted, the statement can be said that there is an influence of problem solving technique group guidance services to reduce the hedonic lifestyle of class XI students of SMA Negeri 2 Karanganyar.

Keywords: Group Guidance, Problem Solving Techniques, Hedonic Lifestyle

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi saat ini berdampak besar pada perubahan sosial, terutama di kalangan remaja. Kondisi ini tentunya akan menghasilkan beberapa perubahan perilaku, salah satunya yang paling menonjol adalah perilaku hedonis. Hedonisme adalah gaya hidup seseorang yang menganggap tujuan hidup adalah untuk mencari kesenangan. Perilaku hedonis ini muncul dari lingkungan atau teman terdekat yang gaya hidupnya lebih mewah dan bergaya sesuai fashion yang trend pada saat ini (Gemilang Ritznor, 2016). Hal ini membuat remaja berlomba-lomba untuk memenuhi kebutuhannya agar tidak ketinggalan

dengan trend yang ada. Hedonisme menyebabkan perubahan sosial dan perilaku remaja yang membuat remaja lebih mementingkan diri sendiri untuk memenuhi kebutuhannya agar tidak dipandang rendah oleh teman atau orang lain.

Remaja yang menganut hedonisme cenderung konsumtif. Remaja ingin membeli apa saja yang baru dan menjadi trend. Pedoman trend remaja adalah seseorang yang mereka idolakan seperti selebritis. Remaja meniru, memuja, dan ingin mirip dengan orang yang mereka puja, mereka akan melakukan apa saja untuk dapat menjadi seperti itu yang mengakibatkan remaja mulai kehilangan jati diri masing-masing. Bukan hanya trend saja yang mereka tiru juga berdampak pada cara tingkah laku yang meniru masyarakat barat yang individual, cuek tidak menghiraukan orang lain dan juga cara bicara.

Menurut Kotler dalam Trimartati (2014) menyatakan ada dua faktor yang mempengaruhi gaya hidup hedonisme seseorang yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu (internal) dan dari luar individu (eksternal). Faktor Internal adalah faktor yang muncul dari dalam diri individu yang didasarkan pada keyakinan diri sendiri untuk bergaya hidup sesuai dengan keinginannya. Faktor internal antara lain sikap terhadap gaya hidup hedonisme, seseorang menganggap bahwa sikap yang harus ditunjukkan adalah mewah, megah, dan suka menjadi pusat perhatian orang lain.

Dampak negatif dari hedonisme adalah kebiasaan jarang mengikuti pelajaran, tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, menghamburkan uang yang tidak jelas (boros), berhutang untuk memenuhi segala keinginannya dan melupakan kebutuhannya, cenderung ingin melakukan sesuatu hal yang baru dan mementingkan diri sendiri tanpa peduli orang lain, tidak bersosialisasi dengan masyarakat, cenderung berkelompok, terlalu cuek dengan aturan lingkungan, tejerumus kedalam kehidupan malam, pergaulan bebas dan narkoba. Hal ini selaras dengan hasil penelitian Praja Anita (2013) yang menunjukkan bahwa dampak negatif hedonisme pada siswa yaitu penurunan motivasi dan prestasi belajar, perubahan hidup menjadi materialistis, perubahan pola pikir menjadi pragmatis dan apatis, dan bertingkah laku negative dan tidak bermoral yang akhirnya terjerumus ke dalam pergaulan bebas.

Hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di SMA Negeri 2 Karanganyar ,terdapat beberapa siswa kelas XI yang cenderung memiliki tingkat hedonis yang tinggi. Hal ini terlihat dari perilaku yang ditunjukkan siswa yaitu suka memakai barang-barang *branded*, memakai atribut serta aksesoris yang berlebihan, cenderung konsumtif, senang membeli barang mahal, dan selalu ingin menjadi pusat perhatian. Dampak dari perilaku hedonis ini menimbulkan terjadinya kesenjangan sosial antar teman dan daya saing dalam berpenampilan siswa semakin tinggi.

Berdasarkan hasil observasi tersebut, siswa yang menganut perilaku hedonis terkadang menomorduakan pendidikan. Sehingga jika dibiarkan akan membuat siswa rentan terhadap tantangan, kurangnya tanggung jawab dan tentunya akan berdampak buruk pada prestasi akademiknya. Fenomena ini juga bisa menjadi ancaman karena siswa merupakan penerus bangsa di masa depan yang akan mampu memberikan yang terbaik untuk kemajuan bangsa.

Strategi yang dapat diberikan untuk mengentaskan masalah tersebut adalah dengan memberikan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving*. Layanan bimbingan kelompok adalah kegiatan layanan bimbingan dari konselor kepada konseli dalam aktivitas kelompok dengan tujuan untuk menambah wawasan dari anggota, memberi informasi dan melatih anggota kelompok dalam menyampaikan dan menghargai pendapat orang lain (Prayitno & Amti, 2018). Bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada peserta didik dan mengembangkan potensi peserta didik. Hamdani (dalam Mukhlisoh & Aisah, 2014) menyatakan bahwa *problem solving* merupakan suatu proses

kreatif dimana individu-individu menilai perubahan-perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya, dan membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan, atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan-tujuan dan nilai-nilai hidupnya. Uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa *problem solving* adalah teknik memandirikan konseli dalam memecahkan masalah secara sistematis.

Melalui layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* diharapkan agar siswa dapat melatih untuk menetapkan suatu keputusan yang diambil, melatih siswa untuk membatasi masalah yang dihadapi, dan dapat belajar meneliti suatu permasalahan dari berbagai sudut pandang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk untuk mengetahui pengaruh antara variable bebas atau X (Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving*) dengan variable terikat atau Y (Gaya Hidup Hedonis). Adapun desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental design* dengan *one-group pre-test post-test*.

Tabel 1. Pre-Test and Post-Test One-Group Design

Grup	Pre-Test	Treatment	Post-Test
Eksperimen	O1	X	O2

Keterangan :

O1 : Pre-test kelompok eksperimen

O2 : Posttest kelompok eksperimen

X : Bimbingan kelompok teknik *problem solving*

Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar yang berjumlah 358 siswa diambil 2 kelas yaitu XI MIPA 2 dan XI IPS 4 yang berjumlah total 72 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar yang berjumlah 10 siswa. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Peneliti mengambil sampel berjumlah 10 siswa yang diambil dari 5 siswa kelas XI MIPA 2 dan 5 siswa kelas XI IPS 4 yang memiliki tingkat hedonis tinggi. Teknik pengumpulan data dengan melakukan wawancara, angket (kuisioner), dan observasi. Analisis data yang dilakukan menggunakan Analisis Paired Sampel t-Test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengumpulan data awal yaitu dengan melakukan wawancara dengan guru BK di SMA Negeri 2 Karanganyar, dilanjut dengan uji try out angket penelitian gaya hidup hedonis kepada 35 responden kelas XI MIPA 1. Setelah dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas pada angket penelitian gaya hidup hedonis, terdapat 6 item pernyataan yang gugur dan 30 item pernyataan yang dinyatakan valid. Selanjutnya dilakukan pre test kepada kelas sampel yaitu kelas XI MIPA 2 dan XI IPS 4. Pemilihan kelas sampel dilakukan atas dasar saran dan pertimbangan dari Guru BK SMA Negeri 2 Karanganyar. Setelah memberikan angket pre test dilanjut dengan pemberian layanan. Pemberian layanan Bimbingan Kelompok teknik *Problem solving* dalam penelitian ini, dilaksanakan dengan 10 kali pertemuan tatap muka di sekolah. Akhir layanan akan diberikan post test. Penelitian ini dilakukan untuk mengungkap adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* untuk mengurangi gaya hidup hedonis siswa di SMA Negeri 2 Karanganyar. Berikut hasil data yang diperoleh :

Tabel 2. Deskripsi Data Pre test dan Post test Sampel

No.	Nama	Kelas	Skor			
			Pre test	Kategori	Post test	Kategori
1.	Alya Nur H.	XI MIPA 2	79	Sedang	62	Rendah
2.	Dilla Ernita S.F.	XI MIPA 2	81	Sedang	59	Rendah
3.	Nadine Eliana N.A	XI MIPA 2	83	Sedang	74	Sedang
4.	Saern Topu S.	XI MIPA 2	87	Tinggi	71	Sedang
5.	Wahyu Nur F.A.	XI MIPA 2	84	Sedang	66	Rendah
6.	Della Nova P.	XI IPS 4	89	Tinggi	76	Sedang
7.	Dewi Ayu A.	XI IPS 4	82	Sedang	69	Sedang
8.	Elva Janitra D.	XI IPS 4	82	Sedang	65	Rendah
9.	Tarisya Desta N.	XI IPS 4	91	Tinggi	74	Sedang
10.	Zinedine Yazid M.	XI IPS 4	85	Sedang	70	Sedang

Berdasarkan data di atas, dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan antara hasil pre test dan post test. Perbedaan hasil ini menunjukkan tingkat gaya hidup hedonis pada siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving*. Selanjutnya hasil data pretest dan post test tersebut akan dihitung menggunakan program *SPSS versi 23*, untuk mengetahui hasil statistic mulai dari jumlah nilai keseluruhan, nilai rata-rata, nilai tertinggi, dan nilai terendah.

Hasil perhitungan pada data sebelum diberikan layanan (pretest) menunjukkan bahwa skor rata-rata yaitu 84,30; nilai tengah yaitu 83,50; standar devisiasi (SD) yaitu 3,743; total nilai yaitu 843; nilai minimum yaitu 79; dan nilai maksimum yaitu 91. Sedangkan hasil perhitungan pada data sesudah diberikan layanan (post test) menunjukkan bahwa skor rata-rata yaitu 68,8; nilai tengah yaitu 69,5; standar devisiasi (SD) yaitu 5,541; total nilai yaitu 686; nilai minimum yaitu 59; dan nilai maksimum yaitu 76.

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji statistik parametrik yaitu Paired Sample T-test. Uji ini digunakan untuk membandingkan rata-rata dua sampel yang saling berpasangan yaitu sebelum dan sesudah diberikan layanan. Berikut adalah hasil yang diperoleh dari uji Paired Sample t-Test.

Tabel 3. Hasil Uji Paired Sample t-Test

		Statistics	
		Pre test gaya hidup hedonis	Post test gaya hidup hedonis
N	Valid	10	10
	Missing	0	0
Mean		84.3000	68.6000
Std. Error of Mean		1.18369	1.75246
Median		83.5000	69.5000
Mode		82.00	74.00
Std. Deviation		3.74314	5.54176
Variance		14.011	30.711
Range		12.00	17.00
Minimum		79.00	59.00
Maximum		91.00	76.00
Sum		843.00	686.00

Hasil perhitungan pada data sebelum diberikan layanan (pretest) menunjukkan bahwa skor rata-rata yaitu 84,30; nilai tengah yaitu 83,50; standar devisiasi (SD) yaitu 3,743; total nilai yaitu 843; nilai minimum yaitu 79; dan nilai maksimum yaitu 91. Sedangkan hasil perhitungan pada data sesudah diberikan layanan (post test) menunjukkan bahwa skor rata-rata yaitu 68,8; nilai tengah yaitu 69,5; standar devisiasi (SD) yaitu 5,541; total nilai yaitu 686; nilai minimum yaitu 59; dan nilai maksimum yaitu 76.

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji statistik parametrik yaitu Paired Sample T-test. Uji ini digunakan untuk membandingkan rata-rata dua sampel yang saling berpasangan yaitu sebelum dan sesudah diberikan layanan. Berikut adalah hasil yang diperoleh dari uji Paired Sample t-Test.

**Tabel 4. Hasil Uji Paired Sample t-Test
Paired Samples Statics**

	Mean	N	Std.Deviation	Std.Error Mean
Pair 1 Pre test gaya hidup hedonis	84.3000	10	3.74314	1.18369
Post test gaya hidup hedonis	68.6000	10	5.54176	1.75246

Paired Samples Test								
Paired Differences						t	df	Sig.(2-tailed)
Mean	Std.Deviation	Std.Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference					
			Lower	Upper				
Pair 1 Pre test gaya hidup hedonis- Post test gaya hidup hedonis	15.70000	3.49762	1.10604	13.19795	18.20205	14.195	9	.000

Dasar pengambilan keputusan uji t (paired sample t test) adalah sebagai berikut :

1. Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_a diterima dan H_o ditolak.
2. Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$, maka H_a ditolak dan H_o diterima.
3. Jika $Sig(2-tailed) > 0,05$, maka H_a ditolak dan H_o diterima.
4. Jika $Sig(2-tailed) < 0,05$, maka H_a diterima dan H_o ditolak.

Berdasarkan tabel tentang uji t (paired sample t test) di atas, menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil sebelum dan sesudah di beri layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving*. Untuk melihat nilai t_{tabel} maka didasarkan pada derajat kebebasan (dk), yang besarnya adalah $N-1$, yaitu $10-1 = 9$. Nilai $dk = 9$ pada taraf signifikan 5% diperoleh $t_{tabel} = 1.8331$. Berdasarkan hasil analisis uji t (paired sample t-test), maka dapat diperoleh hasil bahwa t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} yaitu $14.195 > 1.8331$ dan $Sig.(2-tailed) = 0,000 < 0,05$, maka H_o ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan ada pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* terhadap gaya hidup hedonisme pada siswa.

Secara keseluruhan penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* berpengaruh terhadap gaya hidup hedonis siswa. Adanya pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* gaya hidup hedonis siswa ditandai dengan : (a) siswa memiliki kesadaran bahwa gaya hidup hedonis tidak baik bagi dirinya, (b) siswa perlahan-lahan mengurangi gaya hidup hedonis dengan tidak menggunakan aksesoris berlebihan, (c) siswa memahami bahwa kebutuhan lebih penting daripada keinginan.

Peneliti dalam penelitian ini menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving*. Bimbingan kelompok adalah kegiatan layanan bimbingan dari konselor kepada konseli dalam aktivitas kelompok untuk menambah wawasan dari anggota, memberi informasi, melatih anggota kelompok dalam menyampaikan dan menghargai

pendapat orang lain, dan berguna untuk mencegah berkembangnya masalah-masalah yang dihadapi siswa.

Teknik *problem solving* adalah suatu proses untuk melatih siswa untuk berpikir dan mengajak siswa untuk menilai perubahan-perubahan yang ada pada diri dan lingkungannya, membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan, atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan dan nilai hidupnya. Melalui teknik *problem solving* dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang materi yang dibahas, memberikan peran aktif kepada siswa untuk mampu memecahkan masalah dengan berpikir kritis dan mencoba solusi baru untuk diterapkan dalam kegiatan sehari-hari.

Berdasarkan hasil analisis data *pretest* dan *posttest* menunjukkan skor rata-rata pada satu kelompok sampel penelitian dengan adanya penurunan setelah pemberian layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving*. Hal tersebut menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* terbukti dapat mengurangi gaya hidup hedonis siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu bahwa bimbingan kelompok dapat dijadikan strategi untuk mengurangi gaya hidup hedonis siswa yaitu dalam penelitian yang dilakukan oleh Riszka Aprilia Sari, dengan judul “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Manajemen Untuk Mengurangi Perilaku Hedonisme Pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 07 Medan Tahun Ajaran 2020-2021”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa perlahan lahan lebih banyak berperilaku dengan baik, tidak menggunakan aksesoris yang berlebihan, gaya pakaian yang menjadi pusat perhatian sekitar, serta tidak melakukan hal yang dapat merugikan dirinya sendiri. (Sari, 2021). Kemudian penelitian yang dilakukan Anggis Pratiwi, dengan judul Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Di Madrasah Aliyah Al Hikmah Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 “. Menunjukkan terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* terhadap tingkat motivasi belajar peserta didik yang dibuktikan dengan hasil uji Wilcoxon yang telah dilaksanakan. (Pratiwi, 2019)

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* berpengaruh untuk mengurangi gaya hidup hedonis siswa. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya perbedaan nilai rata-rata antara pre test dan post test. Hasil analisis uji t (paired sample t-test) diperoleh bahwa t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} yaitu $14.195 > 1.8331$ dan $Sig. (2-tailed) = 0,000 < 0,05$. Hasil tersebut disimpulkan bahwa hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima, pernyataan tersebut dapat dikatakan bahwa ada pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* untuk mengurangi gaya hidup hedonis siswa kelas XI SMA Negeri 2 Karanganyar.

DAFTAR PUSTAKA

- Gemilang Ritznor, C. E. (2016). Pengembangan Booklet Sebagai Media Layanan Informasi Untuk Pemahaman Gaya Hidup Hedonisme Siswa Kelas Xi Di Sman 3 Sidoarjo the Development of Booklet As an Information Service Media To Understand Hedonism Life Style of Eleventh Grade Students in Sman 3 S. *Jurnal BK UNESA*, 6(3), 3–9. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/15890>
- Mukhlisoh, & Aisah, S. (2014). Pengaruh Penerapan Metode Problem Solving Terhadap Kabupaten Kuningan. Pengaruh Penerapan Metode Problem Solving Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Mata Pelajaran Ips Kelas Iv Mi Pui Cikaso Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan. *Al Ibtida; Jurnal Pendidikan Guru MI*, 1(2).

- Praja Anita, D. D. D. (2013). Potret Gaya Hidup Hedonisme Di Kalangan Mahasiswa (Studi pada Mahasiswa Sosiologi FISIP Universitas Lampung). *Sociologie*,1(3). <http://jurnal.fisip.unila.ac.id/index.php/sociologie/article/view/95>
- Pratiwi, G. (2019). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Di Madrasah Aliyah Al Hikmah Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019. *Skripsi Bimbingan dan Konseling* (Vol. 3, Issue 3).
- Prayitno, & Amti, E. (2018). *Dasar - Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sari, R. A. (2021). Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Manajemen untuk mengurangi perilaku hedonisme pada siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 07 Medan Tahun Ajaran 2020-2021. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents* (Vol. 3, Issue 2).
- Trimartati, N. (2014). Studi Kasus Tentang Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2011 Universitas Ahmad Dahlan. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(1), 20. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v3i1.4462>