

ANALISIS *SELF ESTEEM* MAHASISWA BERGAYA HIDUP HEDONISME: LITERATUR REVIEW

¹Dea Fanny Marina*, ²Zulkipli Lessy

¹Fakultas Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga

²Fakultas Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga

Corresponding Author email: deafannymarina@gmail.com *, zulkipli.lessy@uin-suka.ac.id

Abstrak

Diterima :
Mei 2024

Diterbitkan
Juni 2024

Peran mahasiswa tidak hanya terbatas pada status formal dalam pendidikan, tetapi juga dianggap sebagai agen perubahan dalam masyarakat. Mereka dianggap sebagai pilar berkelanjutan masa depan dalam membentuk arah perkembangan masyarakat. Ambisi yang dimiliki oleh mahasiswa merupakan bagian dari pengembangan diri secara holistik untuk membentuk kehidupannya, termasuk dalam pengambilan keputusan terkait gaya hidup. Gaya hidup mahasiswa seringkali mencerminkan tuntutan perkembangan dan gaya hidup yang beragam, termasuk gaya hidup hedonisme. Pencarian sumber yang didapatkan adalah melalui Google Scholar. Dalam penelitian ini pencarian artikel menggunakan kata kunci "*Self Esteem Mahasiswa Hedonis*". Artikel yang termuat dalam kajian ini menggunakan 6 artikel dari tahun 2021-2023 yang memfokuskan pada penelitian secara kualitatif maupun kuantitatif. Dari keenam artikel penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik pembahasan bahwasannya *Self Esteem* ataupun harga diri mahasiswa yang bergaya hidup hedonis tercipta karena adanya faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yang dimaksud adalah lingkungan pertemanan dalam sebuah kelompok sedangkan faktor internal adalah keadaan yang ada di dalam diri individu tersebut.

Kata kunci : *Self-Esteem, Hedonis, Mahasiswa*

Abstract

The role of students is not only limited to their formal status in education, but also considered as agents of change in society. They are seen as the sustainable pillars of the future in shaping the direction of societal development. The ambition held by students is part of their holistic self-development to shape their lives, including decision-making regarding lifestyle. The lifestyle of students often reflects the demands of development and diverse lifestyles, including hedonistic lifestyles. Sources for this research were obtained through Google Scholar. In this study, articles were searched using the keywords "Self Esteem of Hedonistic Students." The study included 6 articles from the years 2021-2023, focusing on both qualitative and quantitative research. From the six research articles conducted, it can be concluded that the self-esteem of students with hedonistic lifestyles is created due to both external and internal factors. External factors refer to the peer environment within a group, while internal factors are the conditions existing within the individual themselves.

Keyword : *Self-esteem, Hedonism, Students*

PENDAHULUAN

Mahasiswa tidak hanya sekedar status formal dalam kalangan pendidikan. Mahasiswa dalam kacamata sosial dianggap sebagai agen perubahan yaitu sebagai generasi yang menjadi pilar berkelanjutan masa depan dalam membentuk arah perkembangan masyarakat. Jiwa ambisi yang ada pada mahasiswa merupakan

sebuah pengembangan diri yang secara holistik untuk membentuk kehidupannya, salah satunya dalam mengambil keputusan untuk memilih gaya hidup mereka.

Tuntutan perkembangan dan gaya hidup menjadi hal selaras jika dikaitkan dengan mahasiswa. (Cahyono, 2019) pada dasarnya peran mahasiswa tidak terlepas dari keadaan yang ada di lingkungan masyarakat. Dalam beberapa kasus didapatkan pula bahwa gaya hidup mahasiswa ada beragam, salah satunya yaitu hedonisme.

Dalam (Khairat et al., n.d.) berpendapat gaya hidup hedonisme diartikan sebagai perilaku atau kebiasaan seseorang untuk menghabiskan waktu untuk melakukan hal-hal yang menyenangkan atau mencari kesenangan hidup, seperti berbelanja, melakukan perjalanan wisata, dan berkumpul bersama teman sebaya dsb. Gaya hidup yang dijalankan oleh mahasiswa tidak terlepas dari adanya perilaku konsumtifnya. Hal tersebut terjadi karena adanya keadaan yang menjadi tekanan pada mahasiswa pada keterlibatan untuk menyukai hal baru dan tantangan dalam bentuk pencarian identitas diri.

Dalam hal tersebut juga nampak bahwa gaya hedonis menciptakan perilaku konsumtif, sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Ranti Tri Anggraini dan Fauzan Heru Anthoso bahwasannya semakin tinggi gaya hidup hedonis seseorang maka semakin tinggi pula perilaku konsumtifnya. (Anggraini et al., 2017) adanya penggunaan media sosial saat ini juga merupakan dampak dari adanya gaya hidup hedonis, artinya media sosial memberikan relasi aktif bagi para penggunanya. Khususnya pada mahasiswa yang secara aktif menggunakan media sosial sebagai wadah menunjukkan aksi terhadap segala kegiatan yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Mahasiswa cenderung untuk membagikan segala pencapaian-pencapaian instan yang menjadi miliknya, alasan tersebut juga dapat dikatakan sebagai cara menunjang harga diri pada seorang mahasiswa.

Self Esteem atau harga diri diartikan sebagai evaluasi yang merujuk pada sikap seseorang terhadap dirinya, mulai dari sangat negatif sampai sangat positif. Jadi *self esteem* memiliki pengaruh pada evaluasi diri yang dirancang dan dilakukan individu yang sebagian berasal dari interaksinya dengan lingkungan, penerimaan dan perlakuan orang lain terhadap dirinya (Sholichah et al., 2018). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki tingkat harga diri yang tinggi cenderung menghormati dan menganggap dirinya bernilai, sementara individu dengan rendahnya harga diri cenderung sulit menerima diri sendiri dan merasa kurang bernilai. Tingkat harga diri tersebut juga mempengaruhi keputusan gaya hidup mahasiswa, salah satunya adalah kecenderungan untuk mengadopsi gaya hidup hedonistik.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah *literature review*. Pencarian sumber yang didapatkan adalah melalui Google Scholar. Dalam penelitian ini pencarian artikel menggunakan kata kunci “*Self Esteem* Mahasiswa Hedonis”. Artikel yang termuat dalam kajian ini menggunakan 6 artikel dari tahun 2021-2023 yang memfokuskan pada penelitian secara kualitatif maupun kuantitatif. Artikel-artikel kemudian dikaji lebih lanjut untuk kemudian diambil data dan temuan yang relevan dengan topik penelitian.

Hasil analisis dari berbagai artikel kemudian disintesis untuk memberikan gambaran yang menyeluruh mengenai topik yang akan dibahas. Peneliti menggabungkan temuan-temuan dari berbagai artikel untuk menyusun narasi yang koheren dan mendalam mengenai *self esteem* pada mahasiswa dengan gaya hidup hedonis.

HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN

Adanya keterikatan mahasiswa dan lingkungannya menumbuhkan berbagai macam keadaan yang secara kompleks merujuk pada kebiasaan-kebiasan yang terjadi di dalam kehidupan sehari-harinya dalam memenuhi segala kebutuhannya untuk menunjang diri mereka. Kebutuhan bagi diri individu yang dibahas pada artikel ini merujuk pada kebiasaan terhadap gaya hedonisme pada perilaku konsumtif yang dapat memberikan dampak *self esteem* pada diri mahasiswa.

Menurut Reasoner individu yang memiliki harga diri rendah sering mengalami depresi, ketidakbahagiaan, kecemasan yang tinggi, impuls agresif, mudah marah, dan perasaan dendam. Mereka juga sering merasa tidak puas dengan kehidupan sehari-hari. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *self esteem* merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang tercermin dalam sikap positif dan negatif. Tingkat *self esteem* seseorang berhubungan dengan bagaimana mereka menilai diri sendiri, yang kemudian akan memengaruhi kehidupan sehari-hari mereka.

Beberapa indikator *self esteem* menurut (Tutut Sugiarti, 2023) diantaranya, yaitu; 1) Perasaan aman (*Feeling of Security*). Perasaan aman adalah ketika individu merasa aman dalam lingkungan mereka dan cenderung memiliki kepercayaan yang kuat terhadap lingkungan tersebut, mereka akan merasa bahwa tempat itu aman dan dapat diandalkan bagi mereka; 2). Perasaan menghormati diri (*Feeling of Identity*). Perasaan identitas mencakup pemahaman tentang diri sebagai individu yang memiliki ciri-ciri unik yang membedakannya dari orang lain. Ini juga melibatkan penerimaan akan beragam potensi, minat, kekuatan, dan kelemahan yang dimiliki individu. Untuk memahami jati diri mereka, individu perlu diberikan kesempatan untuk mengeksplorasi diri dan lingkungan mereka; 3) Perasaan diterima (*Feeling of Belonging*). Perasaan diterima ialah ketika individu menyadari bahwa mereka merupakan bagian dari suatu kelompok dan mampu diterima serta dihargai oleh anggota kelompok, mereka sangat mempengaruhi penilaian mereka terhadap diri sendiri. Kelompok ini dapat berupa keluarga, rekan kerja, atau kelompok lainnya. Apabila individu merasa diterima dan diakui dalam kelompoknya, mereka cenderung memiliki penilaian positif terhadap diri mereka sendiri; 4) Perasaan mampu (*Feeling of Competence*). Keyakinan dan perasaan individu terhadap kemampuan mereka sendiri untuk mencapai suatu hasil yang diinginkan sangat penting, misalnya saat mengalami keberhasilan atau kegagalan. Ini terkait dengan rasa percaya diri dalam kemampuan mereka dan kesiapan mereka menghadapi tantangan dalam hidup. Memiliki pemahaman tentang kompetensi pribadi dan rasa percaya diri dalam menghadapi berbagai situasi membantu individu untuk lebih siap menghadapi masa depan mereka. Sebaliknya, kurangnya rasa percaya diri dalam kemampuan pribadi dapat membuat seseorang merasa tidak berdaya; 5) Perasaan berharga (*Feeling of Worth*). Perasaan berharga merupakan

nilai diri individu, yang bisa positif atau negatif, sering kali dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu. Perasaan ini sering tercermin dalam cara individu menunjukkan diri mereka sendiri, serta dalam atribut pribadi seperti kecerdasan, kesopanan, kebaikan, dan sebagainya.

Hal ini selaras dengan beberapa artikel yang menjadi fokus kajian ini. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Sein et al., n.d.) dengan judul *Pengaruh Gaya Hidup Hedonis dan Self Esteem terhadap Perilaku Konsumtif pada Remaja di Surabaya*. Dalam penelitian tersebut dihasilkan bahwa semakin tinggi gaya hidup hedonis akan semakin tinggi pula perilaku konsumtif pada remaja, sedangkan semakin rendah *Self Esteem* maka akan semakin tinggi perilaku konsumtif pada remaja. Hal tersebut dijelaskan karena individu ingin menjadi pusat perhatian sehingga tidak dapat membedakan antara keinginan dan kebutuhannya, individu tidak memiliki kepercayaan diri ketika berada di lingkungan sebaya atau kelompok. Maka dengan tuntutan lingkungan tersebut, individu menjadi pribadi yang lebih boros yaitu dengan membeli barang-barang yang bermerk ataupun barang-barang kekinian.

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Anisa & Asuti, 2023) dengan judul *Gambaran Harga Diri Pada Mahasiswa Pengguna Produk Brand Mended Tiruan di Fakultas Hukum Universitas Malukussaleh*. Dalam penelitiannya didapatkan beberapa kategori penunjang yang menjadi penghimpunan datanya seperti jenis kelamin, status mahasiswa, pekerjaan orang tua, dan uang bulanan. Dijelaskan bahwa dalam penelitiannya mahasiswa hukum banyak yang menggunakan *brand mended* tiruan dengan didominasi oleh perempuan, kemudian untuk status mahasiswa didapatkan lebih banyak didominasi oleh mahasiswa dengan status sebagai penerima beasiswa daripada yang non beasiswa begitu pula dengan kategori pekerjaan orang tua dan uang bulanan mahasiswa, terdapat presentase yang lebih tinggi dalam penggunaan *brand manded* tiruan, hal tersebut dikarenakan produk *brand manded* tiruan memiliki tujuan untuk mendapatkan pengakuan serta afeksi dari lingkungan sekitarnya.

Merujuk pada penelitian tersebut dapat dikatakan bahwasannya mahasiswa yang memenuhi kebutuhan hidupnya dengan perilaku konsumtif datang dari adanya gaya hidup hedonis yang mana hal tersebut juga merupakan bentuk usaha agar mereka memiliki ruang penerimaan maupun pengakuan di lingkungan pertemanan atau kelompoknya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Marsyah et al., 2023) dengan judul *Harga Diri dan Hubungannya dengan Perilaku Konsumtif Mahasiswa*. Penelitian tersebut mendapatkan hasil berupa penjabaran data bahwa ditemukannya hubungan antara harga diri dan perilaku konsumtif mahasiswa, dengan demikian dapat diketahui bahwa individu yang memiliki harga diri tinggi akan cenderung mempertahankan kepercayaan diri yang dimilikinya, artinya semakin tinggi harga diri yang ada pada individu memberikan dampak pada keinginan individu untuk menunjukkan status, penampilan fisik, serta berbagai hal pendukung lainnya sebagai dorongan untuk berperilaku konsumtif.

Adanya perilaku konsumtif pada mahasiswa juga karena besarnya keinginan yang mengarah pada pemuasan keinginan tanpa mempertimbangkan sesuatu yang menjadi kebutuhannya ataukah hanya sekedar keinginan sebagai pemenuhan kepuasan. Sehingga jika merujuk pada keinginan maka akan menjadi pemicu timbulnya perilaku konsumtif (Haryani & Herwanto, n.d.). Pendapat lain juga terdapat di dalam penelitian

(Imani & Ariani, 2023) yang berjudul *Pengaruh Harga Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa di Banjarmasin*. Dalam penelitiannya dijelaskan bahwa harga diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku konsumtif, hal tersebut juga merujuk pada perasaan puas yang ada di dalam diri seseorang, artinya seseorang akan merasa dihargai apabila mampu mempunyai barang yang dapat menunjang kepercayaan dirinya sebagai sebuah faktor meningkatnya harga diri.

Penelitian oleh (Putri et al., n.d.) dengan judul *Gaya Hidup Hedonis dan Perilaku Konsumtif pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra Surabaya*. Di dalam penelitian tersebut juga dijelaskan bahwa adanya faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal yang dimaksud adalah hal-hal yang mempengaruhi mahasiswa untuk mengikuti gaya hedonis dari kelompok referensi yang diikutinya melalui sosial media atau secara tidak langsung. Sedangkan, faktor internal adalah pengalaman dan pengamatannya, yaitu tindakan yang terjadi di masa lalu dan telah dipelajarinya.

Penelitian lain yang dijelaskan oleh (Munajah Nasution & Ikhsan Harahap, 2023) dapat diambil kesimpulan bahwa dalam perilakunya mahasiswa selalu ingin mendapatkan apa yang diinginkannya, termasuk mengkonsumsi produk yang sedang kekinian sebagai bentuk untuk meningkatkan rasa percaya diri. Dari keenam artikel penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik pembahasan bahwasannya *Self Esteem* ataupun harga diri mahasiswa yang bergaya hidup hedonis tercipta karena adanya faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yang dimaksud adalah lingkungan pertemanan dalam sebuah kelompok sedangkan faktor internal adalah keadaan yang ada di dalam diri individu tersebut. Dalam analisis yang dilakukan juga telah dijelaskan bahwa lingkungan sebagai alasan mahasiswa untuk lebih sering melakukan perilaku konsumtif yang mana hal tersebut juga termasuk pada gaya hidup hedonis. Alasan lain yang menjadikan gaya hidup hedonis dikalangan mahasiswa karena adanya tuntutan sosial seperti ingin diterima dalam sebuah kelompok, ingin dihargai, dan ingin menumbuhkan rasa percaya diri yang tinggi.

Penelitian ini juga didukung dengan adanya data wawancara yang dilakukan oleh 2 mahasiswa UIN Sunan Kalijaga untuk mendapatkan data mengenai analisis *self esteem* mahasiswa bergaya hidup hedonis sesuai dengan lima indikator *self esteem*. Berikut adalah analisis dari setiap narasumber:

1. Narasumber CMN

Selama menjadi mahasiswa, CMN menekankan pentingnya memiliki banyak jejaring sosial. Ia mengatakan bahwa perilaku dapat dipengaruhi oleh adaptasi di berbagai lingkungan. Penerimaan lingkungan sosial membuat mahasiswa cenderung ingin menyesuaikan diri dengan norma dan perilaku disekitarnya.

CMN mengakui bahwa berada di lingkungan yang menerima dirinya memiliki dampak positif. Namun, ia juga menyebutkan bahwa hal ini bisa membuatnya sering terbawa oleh perilaku konsumtif teman-temannya. Ia memberi contoh, seperti dorongan untuk membeli barang baru dan mencoba tempat-tempat makan baru, sebagai hasil dari interaksi sosial ini. Sebagaimana yang dijelaskan dalam wawancara:

“Kadang ada di lingkungan yang bisa menerima kita itu baik, tapi juga bikin kita sering terbawa sama perilaku-perilaku yang ada di lingkungan. Biasa teman-teman pada ngajak untuk beli barang baru kaya fashion kekinian dan coba beberapa cafe baru.”

2. Narasumber BTG

BTG menjelaskan selama menjadi mahasiswa perilaku hedonisnya dipicu oleh terpenuhinya kebutuhan finansial yang mencukupi. Adanya dorongan untuk membeli barang-barang kekinian, meskipun tidak dibutuhkan, yang mana hal tersebut muncul dari pengaruh lingkungan sekitar dan media sosial. Narasumber BTG menyoroti peran media sosial dalam mengambil keputusan untuk berbelanja barang-barang baru. Ditunjukkan bahwa selain pengaruh langsung dari teman-teman, media sosial juga berperan besar dalam membentuk perilaku konsumtifnya.

Hal ini dipaparkan oleh narasumber:

“Biasa karena aku dapat uang bulanan yang lumayan, jadi suka belanja barang-barang yang sekiranya kekinian banget. Meskipun ga butuh, tapi karena terpengaruh dari orang-orang sekitar dan media sosial jadi aku tertarik.”

Kedua narasumber menekankan pentingnya lingkungan sosial dalam membentuk perilaku mereka. Penerimaan sosial membuat mahasiswa cenderung menyesuaikan diri dengan norma dan aturan sebagai perilaku konsumtif yang ada disekitarnya. Terutama bagi narasumber BTG, media sosial berperan besar dalam mendorong perilaku konsumtif dan menimbulkan pengaruh besar sebagai dorongan untuk membeli barang-barang kekinian meskipun tidak menjadi kebutuhannya. Selain itu, adanya adaptasi terhadap lingkungan sosial dan terpenuhinya kebutuhan finansial mempengaruhi *self esteem* mahasiswa. Mereka dikatakan perlu dalam menunjukkan diri sesuai dengan tuntutan sosial untuk mendapatkan penerimaan dan pengakuan.

SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini mengeksplorasi keterkaitan antara *self esteem* dan gaya hidup hedonis mahasiswa, mengungkapkan bagaimana lingkungan sosial dan media berperan dalam membentuk perilaku konsumtif pada mahasiswa. Lima indikator *self esteem* yang relevan dalam konteks ini adalah perasaan aman, perasaan menghormati diri, perasaan diterima, perasaan mampu, dan perasaan berharga. *Self esteem* mahasiswa dipengaruhi oleh bagaimana mereka menilai diri sendiri dalam ranah sosial, penerimaan sosial dan terpenuhinya kebutuhan finansial meningkatkan keinginan mahasiswa untuk menunjukkan diri sesuai norma lingkungan. Mahasiswa yang memiliki *self esteem* tinggi cenderung menunjukkan perilaku konsumtif sebagai cara untuk mempertahankan kepercayaan diri mereka serta sebagai upaya untuk menonjolkan diri dan mendapatkan pengakuan dari lingkungan sekitar.

Dari penelitian ini, adapun beberapa saran yang dapat diberikan antara lain dapat menggunakan metode yang lebih efektif dan menggunakan sumber lain pada ranah yang lebih masif dan melihat fokus penelitian dari segi aspek kehidupan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, R. T., Fauzan, &, & Santhoso, H. (2017). Hubungan antara Gaya Hidup Hedonis dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja. *Gadjah Mada Journal Of Psychology*, 3(3), 131–140.
- Anisa, R., & Asuti, W. (2023). Gambaran Harga Diri Pada Mahasiswa Pengguna Produk Brand Mended Tiruan Di Fakultas Hukum Universitas Malikussaleh. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 285–300. <https://ojs.unimal.ac.id/index.php/jpt/index>
- Cahyono, H., & Pendidikan Bahasa Inggris STKIP Setia Budhi Rangkasbitung, D. (2019). Peran Mahasiswa Di Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Setiabudhi*, 1(1), 2019.
- Haryani, I., & Herwanto, J. (n.d.). Hubungan Konformitas dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Terhadap Produk Kosmetik pada Mahasiswi.
- Imani, S. F., & Ariani, L. (2023). Pengaruh Harga Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa Di Banjarmasin. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 4(2), 84–91. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v4i2.111>
- Khairat, M., Yusri, A., & Yuliana, S. (n.d.). Hubungan Gaya Hidup Hedonis Dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswi.
- Marsyah, I., Madina, R., Idris, I., & dan Konseling, B. (2023). Harga Diri dan Hubungannya dengan Perilaku Konsumtif Mahasiswa. *Student Journal of Guidance and Counseling*, 2(2), 111–118.
- Munajah Nasution, A., & Ikhsan Harahap, M. (2023). *The Effect of Hedonism Lifestyle on Student Consumptive Behavior*. 12, 1.
- Putri, I. U., Mardiyanti, R., & Ristanti, E. (n.d.). Gaya Hidup Hedonis Dan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra Surabaya.
- Sein, L., Rosatyani, R. &, & Adiati, P. (n.d.). Pengaruh Gaya Hidup Hedonis dan Self-Esteem terhadap Perilaku Konsumtif pada Remaja di Surabaya. <http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>
- Sholichah, I. F., Psi, S., Paulana, A. N., & Fitriya, P. (2018). *Self-Esteem Dan Resiliensi Akademik Mahasiswa*.
- Tutut Sugiarti, S. Sos. (2023). *Pengaruh Self Esteem dan Impostor Syndrome terhadap Kecemasan Akademis Mahasiswa*.