

## FENOMENOLOGI GAYA HIDUP HEDONISME MAHASISWA PENGGUNA APLIKASI *INSTAGRAM*

### *PHENOMENOLOGY ABOUT THE HEDONISM LIFESTYLES FROM STUDENTS WHO USING INSTAGRAM APPS*

Oleh: Fahri Landung, Prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Negeri Yogyakarta, fahri.landung2016@student.uny.ac.id

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan lebih mendalam mengenai gaya hidup hedonisme pada mahasiswa pengguna aplikasi *instagram*. Tujuan dari penelitian ini berfokus pada: 1) faktor penyebab mahasiswa melakukan gaya hidup hedonisme, 2) tujuan mahasiswa melakukan gaya hidup hedonisme, dan 3) tujuan mahasiswa mempublikasikan gaya hidup hedonisme di aplikasi *instagram*. Penelitian ini merupakan penelitian fenomenologi. Subjek penelitian yaitu tiga mahasiswa pengguna *instagram* yang bergaya hidup hedonisme. *Key informan* dalam penelitian ini yaitu teman dari setiap mahasiswa yang menjadi subjek penelitian. Hasil penelitian menjelaskan bahwa: 1) Faktor penyebab mahasiswa melakukan gaya hidup hedonisme yaitu faktor internal berupa perasaan senang, kepuasan hati, menjadi lebih percaya diri, mendapat pengakuan dari orang lain, adanya perasaan bangga, kenikmatan yang dirasakan, serta faktor eksternal berupa adanya kelompok referensi. 2) Tujuan bergaya hidup hedonisme yaitu untuk mendapatkan kesenangan dan kebahagiaan diri sendiri, serta membuat hidup menjadi lebih baik. 3) Tujuan dari mempublikasikan di aplikasi *instagram* adalah untuk ajang pamer yaitu bertujuan memberitahu orang lain mengenai aktivitas hedonisme yang dilakukannya, untuk mendapatkan respon dan atau komentar mengenai unggahannya tersebut, serta untuk melakukan *review* terhadap aktivitas atau kegiatan atau suatu hal yang dilakukan.

**Kata Kunci :** gaya hidup hedonisme, aplikasi *instagram*.

#### **Abstract**

*This study aims to explain more deeply about the hedonism lifestyle among students using the Instagram application. The purpose of this study focuses on: 1) the factors that cause students to live a hedonistic lifestyle, 2) the goals of students living a hedonistic lifestyle, and 3) the goals of students publishing a hedonistic lifestyle on the Instagram application. This research is a phenomenology research. The research subjects were three students using Instagram with a hedonistic lifestyle. The key informants in this study were friends of each student who were the research subjects. The results of the study explain that: 1) The factors that cause students to live a hedonistic lifestyle are internal factors such as feelings of pleasure, satisfaction of hearts, being more confident, getting recognition from others, feelings of pride, perceived enjoyment, and external factor in the form of reference groups. 2) The goal of a hedonism lifestyle is to get pleasure and happiness for yourself, and to make life better 3) The purpose of publishing the hedonism lifestyle on the Instagram application is to show off, which is to tell others about the hedonistic activities it does, to get responses and/or comments about the uploads, and to review activities or something that is done.*

**Keywords:** *lifestyle of hedonism, instagram application*

#### **PENDAHULUAN**

Menurut Hartaji (2012: 5) Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk

perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas.

Usia mahasiswa biasanya berkisar antara 18 sampai 25 tahun. Menurut Willis, S (2011) usia 18 tahun sampai 24 tahun merupakan usia dewasa awal (*young adulthood*). Masa dewasa awal

merupakan masa penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial yang baru sebagai orang dewasa. Santrock (1999), mengemukakan bahwa orang dewasa muda termasuk masa transisi, baik secara fisik, transisi secara intelektual serta transisi peran sosial. Perkembangan sosial masa dewasa awal adalah puncak dari perkembangan sosial masa dewasa. Pada masa ini, penentuan relasi sangat memegang peranan penting. Hurlock (2001) mengemukakan beberapa karakteristik dewasa awal dan pada salah satu intinya dikatakan bahwa dewasa awal merupakan suatu masa penyesuaian diri dengan cara hidup baru dan memanfaatkan kebebasan yang diperolehnya.

Mahasiswa sebagai tulang punggung dan kaum intelektual bangsa, dalam konteks yang lebih luas sudah seharusnya bisa mengambil peranan dalam membangun sebuah peradaban. Dengan segala disiplin ilmu yang dipelajari di dunia kampus maupun kemasyarakatannya, mahasiswa mampu mengaplikasikan ilmu-ilmu tersebut dalam sebuah karya nyata untuk membangun kesejahteraan umat manusia. Faktanya, yang terjadi di zaman sekarang mahasiswa cenderung menyukai kesenangan dan kenikmatan dalam menjalani hidup. Kepedulian mahasiswa terhadap lingkungan sekitar terlupakan dan tergantikan dengan kenikmatan dan kesenangan sesaat.

Sebagian besar dari mereka, entah mahasiswa atau mahasiswi, lebih banyak menghabiskan waktu dan uangnya untuk berburu kesenangan di tempat hiburan dari pada untuk membeli buku. Mereka menjajakan uangnya untuk membeli gadget terbaru, membeli peralatan

make up, menongkrong di cafe, dan melakukan kegiatan yang bertujuan untuk kebahagiaan dirinya.

Istilah lain dari kebahagiaan diri ialah eudaimonia. Eudaimonia sering diterjemahkan sebagai "kebahagiaan", dan karenanya dapat disalahartikan sebagai kenikmatan atau kesenangan. Namun, eudaimonia lebih baik diterjemahkan sebagai berkembang atau unggul. Lebih tepatnya, Aristoteles mendefinisikan eudaimonia sebagai perilaku aktif yang menunjukkan keunggulan dan kebaikan sesuai dengan nalar dan kontemplasi yang membedakan kita dari spesies lain (hewan) dan dilakukan demi kepentingannya sendiri. Konsepnya mencakup kebajikan moral seperti keadilan, kebaikan, keberanian, dan kejujuran, serta aktivitas intelektual dan kinerja tinggi dalam aktivitas apa pun, serta pengembangan potensi seseorang (Huta, 2013).

Berbeda dengan konsep Eudaimonia adapula konsep Hedonia. Hirschman dan Halbrook (dalam Utami, 2008) menyatakan bahwa hedonia merupakan kecenderungan konsumen terhadap budaya konsumtif yang menggunakan produk untuk memperoleh kesenangan-kesenangan duniawi atau pola hidup glamour yang berorientasi pada materi.

Di dalam lingkungan penganut paham ini, hidup dijalani dengan sebebas-bebasnya demi memenuhi hawa nafsu yang tanpa batas. Dalam kamus Collins Gem (1993:97) dinyatakan bahwa, "hedonisme adalah doktrin yang menyatakan bahwa kesenangan adalah hal yang paling penting dalam hidup, atau hedonisme adalah paham yang dianut oleh orang-orang yang mencari

kesenangan hidup semata-mata”. hedonisme lebih menitik beratkan kepada kebutuhan jasmani dari pada rohani. Hedonisme kurang lebih adalah berupa kesenangan sesaat yaitu kesenangan duniawi.

Di era digital saat ini, media sosial berpengaruh terhadap tumbuhnya gaya hidup hedonisme di kalangan mahasiswa. Salah satu media sosial yang berpengaruh terhadap tumbuhnya gaya hidup hedonisme adalah *instagram*. *Instagram* adalah sebuah aplikasi berbagi foto yang memungkinkan pengguna mengambil foto, menerapkan filter digital, dan membagikannya ke berbagai layanan jejaring sosial, termasuk milik *instagram* sendiri (Atmoko, 2012:4).

Mahasiswa menggunakan *instagram* tidak hanya untuk membagikan kegiatan sehari-hari yang sedang mereka lakukan. Akan tetapi, mahasiswa membagikan atau mengabadikan moment atau tempat tertentu yang memang sudah memiliki nilai-nilai penting ataupun spesial bagi para pengguna *instagram*. Misalnya, ketika mereka sedang pergi ke cafe, restoran, fashion, atau tempat wisata yang sedang hits atau orang biasa menyebutnya tempat kekinian. *Instagram* sering kali digunakan oleh mahasiswa sebagai tempat untuk memamerkan kehidupan pribadinya.

Kegiatan prapenelitian yang dilakukan pada bulan November sampai Desember 2019 terhadap mahasiswa yang berinisial QQ. Mahasiswa tersebut menunjukkan perilaku hedonisme seperti teori yang dikemukakan oleh Cicerno dalam Russel dengan ciri-ciri, memiliki pandangan gaya hidup yang serba instan. Hal itu ditunjukkan

dengan kebiasaan QQ yang rela membayar orang lain untuk membersihkan kamar kosnya dari pada ia bersihkan sendiri. Ciri hedonisme lain yang ditunjukkan oleh QQ yaitu memenuhi keinginan-keinginan spontan yang muncul, ditunjukkan dengan 1 sampai 3 kali dalam seminggu pergi ke restoran-restoran mewah dan sesekali dia juga menginap di hotel berbintang di kota Yogyakarta. Beberapa kegiatan di atas tersebut, sering ia abadikan di dalam *instagram* pribadinya.

Berdasarkan eksplorasi di lapangan terhadap mahasiswa yang berinisial QQ, didapat hasil bahwa ia membuka aplikasi *instagram* dengan durasi 5 sampai 10 menit dan itu dilakukan 5 sampai 10 kali perhari. Ia membuka *instagram* dengan tujuan mencari hiburan ketika sedang kesepian. Ia juga sering membuka akun online shop untuk membeli barang-barang yang diinginkannya. Ia membuka *instagram* juga untuk membagikan kehidupan kesehariannya hanya untuk kesenangan dan kepuasan dirinya sendiri. Ia merasa ada yang kurang dan merasa gelisah apabila ia dalam sehari tidak membuka aplikasi *instagram*.

Berdasarkan paparan diatas, penelitian ini akan membahas tentang “Fenomenologi Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Pengguna Aplikasi *Instagram*”. Penelitian ini akan mendalami mengenai hal-hal yang terkait dengan gaya hidup hedonisme mahasiswa pengguna aplikasi *instagram*.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian Penelitian**

Jenis penelitian pada penelitian ini adalah penelitian fenomenologi. Menurut Arifin (2011: 153) penelitian fenomenologi merupakan suatu

kajian untuk mengungkap dan menjelaskan makna konsep atau fenomena pengalaman berdasarkan kesadaran pada beberapa individu penelitian ini dilakukan dalam situasi yang alami, sehingga tidak ada batasan dalam memaknai atau memahami fenomena yang sedang dikaji. Tujuan utama dari fenomenologi adalah untuk mereduksi pengalaman individu.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni sampai Agustus 2020.

### **Subjek Penelitian**

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Subjek penelitian ini merupakan mahasiswa yang bergaya hidup hedonisme pengguna aplikasi *instagram* yang berjumlah tiga orang yaitu A, B, dan C. Selain ketiga subjek, peneliti juga menggunakan tiga orang *key informan* yang meliputi orang terdekat subjek yaitu X, Y, dan Z.

### **Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data**

#### **1. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik wawancara yang dilakukan peneliti adalah wawancara mendalam bebas terpimpin. Wawancara bebas terpimpin adalah wawancara yang dilakukan dengan tetap menggunakan pedoman wawancara namun tidak mengikat sehingga data atau informasi dapat dikembangkan sesuai dengan inti permasalahan (Mardalis, 2014: 64).

#### **2. Instrumen Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data berupa wawancara sehingga instrumen yang digunakan berupa pedoman wawancara yang mengacu pada aktifitas gaya hidup hedonisme. Peneliti menyusun pedoman wawancara untuk mempermudah dalam menggunakan pengumpulan data.

#### **3. Uji Keabsahan Data**

Uji keabsahan data yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan teknik triangulasi. Dalam penelitian ini guna mendapatkan keabsahan data, peneliti menggunakan teknik triangulasi sumber yaitu dengan membandingkan data yang telah diperoleh melalui hasil wawancara dengan subjek, dan wawancara dengan informan-informan lain yang dekat dan mengetahui tentang kehidupan subjek.

### **Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan mengacu pada konsep Milles & Huberman (1992: 20) yaitu *interactive model* yang mengklarifikasikan analisis data dalam tiga langkah, yaitu:

#### **1. Reduksi data**

Pada tahap ini yaitu menyimpulkan data yang diperoleh melalui wawancara mendalam dengan mengumpulkan semua data kemudian peneliti memilih, menyusun, dan mengetik data tersebut sesuai dengan yang diperoleh dan dibutuhkan.

#### **2. Penyajian data**

Penyajian data yaitu sekumpulan informasi yang tersusun dan memberikan kemungkinan penarikan kesimpulan dan penarikan tindakan.

#### **3. Penarikan kesimpulan**

Penarikan kesimpulan dalam analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman (Sugiyono, 2017 : 252) kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat dan mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya, tetapi bila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali kelapangan untuk mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan kredibel.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Penelitian dilakukan pada bulan Juni sampai Agustus 2020 di Universitas Negeri Yogyakarta. Penelitian ini dilakukan melalui wawancara secara daring kepada tiga subjek yang merupakan mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta yang memenuhi kriteria sebagai mahasiswa bergaya hidup hedonisme berdasarkan pada teori gaya hidup hedonisme. Selain itu, wawancara secara daring juga dilakukan kepada tiga key informan yang merupakan orang terdekat yang memiliki informasi terkait dengan subjek penelitian.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti mendapatkan data terkait gaya hidup hedonisme mahasiswa pengguna aplikasi instagram yang dimunculkan oleh tiga subjek yang telah dipilih sebelumnya.

1. Faktor mahasiswa melakukan gaya hidup hedonisme.

Tabel 1. Faktor penyebab subjek A melakukan gaya hidup hedonisme.

Faktor Penyebab
1. Perasaan senang saat melakukan gaya hidup hedonisme
2. Kenikmatan yang dirasakan oleh subjek saat melakukan gaya hidup hedonisme
3. Lingkungan sekitar yaitu kakak memperkenalkan gaya hidup hedonisme, subjek A meniru gaya hidup hedonisme seperti yang dilakukan kakak

Tabel 2. Faktor penyebab subjek B melakukan gaya hidup hedonisme.

Faktor Penyebab
1. Kepuasan batin
2. Menjadi lebih percaya diri
3. Mendapat pengakuan dari orang lain
4. Kenikmatan yang dirasakan oleh subjek saat melakukan gaya hidup hedonisme
5. Pengaruh dari media sosial terutama instagram

Tabel 3. Faktor penyebab subjek C melakukan gaya hidup hedonisme.

Faktor Penyebab
1. Perasaan bangga.
2. Kepuasan batin ketika melakukan gaya hidup hedonisme.
3. Pengaruh dari lingkungan pertemanan atau pergaulan dan.
4. Pengaruh dari media sosial.

2. Tujuan mahasiswa melakukan gaya hidup hedonisme

Tabel 4. Tujuan Subjek A melakukan gaya hidup hedonisme

Tujuan Melakukan Gaya Hidup Hedonisme
1. Kesenangan diri sendiri
2. Mendapatkan hal-hal yang diinginkan
3. Jika tujuan dari gaya hidup tersebut tidak tercapai maka timbul perasaan sedih dan gelisah

Tabel 5. Tujuan Subjek B melakukan gaya hidup hedonisme

Tujuan Melakukan Gaya Hidup Hedonisme
1. Membuat hidup menjadi lebih baik
2. Jika tujuan dari gaya hidup tersebut tidak tercapai maka akan menimbulkan tekanan batin pada subjek

Tabel 6. Tujuan Subjek C melakukan gaya hidup hedonisme

Tujuan Melakukan Gaya Hidup Hedonisme
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kesenangan</li> <li>2. Menghilangkan stress</li> <li>3. Melampiaskan emosi</li> <li>4. Jika tujuan dari gaya hidup tersebut tidak tercapai maka akan timbul adanya beban hidup pada subjek</li> </ol>

3. Tujuan mahasiswa mempublikasikan gaya hidup hedonisme ke aplikasi *instagram*.

Tabel 7. Tujuan Subjek A mempublikasikan gaya hidup hedonisme ke aplikasi *instagram*.

Tujuan Mengunggah Gaya Hidup Hedonisme di Aplikasi <i>Instagram</i>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan review terhadap suatu hal atau kegiatan yang dilakukan.</li> <li>2. Untuk ajang pamer.</li> <li>3. Mendapatkan rasa senang saat unggahannya diberikan komentar atau respon oleh orang lain.</li> </ol>

Tabel 8. Tujuan Subjek B mempublikasikan gaya hidup hedonisme ke aplikasi *instagram*.

Tujuan Mengunggah Gaya Hidup Hedonisme di Aplikasi <i>Instagram</i>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengekspresikan rasa puas atas pencapaiannya.</li> <li>2. Untuk ajang pamer.</li> <li>3. Melakukan review terhadap suatu hal atau kegiatan yang dilakukan</li> <li>4. Mendapatkan rasa puas dan bangga saat unggahannya diberikan komentar oleh orang lain.</li> </ol>

Tabel 9. Tujuan Subjek C mempublikasikan gaya hidup hedonisme ke aplikasi *instagram*.

Tujuan Mengunggah Gaya Hidup Hedonisme di Aplikasi <i>Instagram</i>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Untuk ajang pamer.</li> <li>2. Mendapatkan rasa puas jika unggahannya diberi respon oleh orang lain.</li> </ol>

## Pembahasan

Seseorang melakukan sebuah gaya hidup khususnya gaya hidup hedonisme tentunya disebabkan karena adanya faktor penyebab. Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Kotler (1997) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup seseorang adalah sikap, pengalaman dan pengamatan, kepribadian, konsep diri, motif, dan persepsi, serta kelompok referensi, kelas sosial, keluarga, dan kebudayaan. Faktor-faktor tersebut dikelompokkan menjadi faktor yang berasal dari dalam diri individu (internal) dan faktor yang berasal dari luar (eksternal). Subjek A, B, dan C dalam penelitian ini memiliki faktor penyebab yang hampir sama yang menyebabkan subjek melakukan gaya hidup hedonisme, yaitu disebabkan karena adanya faktor dari dalam diri subjek atau internal dan faktor dari luar diri subjek atau eksternal.

Faktor penyebab subjek A melakukan gaya hidup hedonisme disebabkan karena adanya faktor internal berupa adanya perasaan senang, kepuasan hati, serta adanya kenikmatan yang dirasakan oleh subjek ketika melakukan gaya hidup ini. Subjek B melakukan gaya hidup hedonisme disebabkan karena adanya faktor internal berupa kepuasan batin, menjadi lebih percaya diri, mendapat pengakuan dari orang lain, serta kenikmatan yang di rasakan saat melakukan gaya hidup hedonisme. Subjek C melakukan gaya hidup hedonisme disebabkan karena adanya faktor internal berupa perasaan bangga dan kepuasan hati setelah melakukan gaya hidup tersebut. Faktor penyebab ketiga subjek tersebut selaras dengan teori dari Kotler (1997) mengenai faktor dari dalam individu atau internal bahwa

perasaan senang, kepuasan hati, menjadi lebih percaya diri, mendapat pengakuan dari orang lain, adanya perasaan bangga, serta kenikmatan yang dirasakan adalah sebuah motif dan persepsi dari subjek A, B, dan C bergaya hidup hedonisme. Perasaan senang, kepuasan hati, menjadi lebih percaya diri, mendapat pengakuan dari orang lain, adanya perasaan bangga, serta kenikmatan yang dirasakan menjadi motif yang mendorong dan mendasari ketiga subjek untuk melakukan gaya hidup hedonisme sehingga membentuk sebuah persepsi bahwa perasaan senang, kepuasan hati, menjadi lebih percaya diri, mendapat pengakuan dari orang lain, adanya perasaan bangga, serta kenikmatan yang dirasakan tersebut dapat terwujud jika ketiga subjek melakukan gaya hidup hedonisme.

Faktor eksternal dari ketiga subjek hampir sama yaitu dipengaruhi oleh kelompok referensi berupa lingkungan, hanya saja lingkungan yang memberikan pengaruh berbeda-beda pada setiap subjek. Subjek A melakukan gaya hidup ini adalah lingkungan sekitar yaitu kakak subjek, kakak memperkenalkan gaya hidup hedonisme kepada subjek kemudian subjek mengikuti apa yang telah dilakukan oleh sang kakak. Subjek B bergaya hidup hedonisme yaitu lingkungan berupa pengaruh dari media sosial terutama instagram. Subjek melihat berbagai macam foto dan video di instagram kemudian membuat subjek ingin memilikinya atau melakukannya. Subjek C melakukan gaya hidup ini adalah pengaruh dari lingkungan pertemanan atau pergaulan dan pengaruh dari media sosial. Selaras dengan teori dari Kotler (1997) mengenai faktor dari luar individu atau eksternal bahwa

lingkungan sekitar yaitu kakak, media sosial terutama *instagram*, dan pertemanan atau pergaulan merupakan kelompok referensi yang mempengaruhi ketiga subjek untuk melakukan gaya hidup hedonisme.

Setelah faktor penyebab diketahui, selanjutnya adalah menjelaskan tujuan melakukan gaya hidup hedonisme. Ketiga subjek memiliki tujuan yang sama ketika melakukan gaya hidup hedonisme yaitu kesenangan. Kesenangan yang didapatkan oleh ketiga subjek akan mendatangkan kebahagiaan. Hal ini sesuai dengan pada teori kebahagiaan atau *eudaimonisme* dari Aristoteles (Ryff, 1989) yang menganggap kebahagiaan sebagai tujuan segala tindak-tanduk manusia.

Subjek A melakukan gaya hidup hedonisme ini bertujuan untuk menyenangkan diri sendiri sehingga tercapai kebahagiaan dan untuk mendapatkan hal-hal yang diinginkan. Sesuai dengan teori dari Lopez (2009: 473-474) dalam buku *the encyclopedia of positive psychology*, bahwa hedonisme dari sudut pandang psikologis berpendapat bahwa setiap orang hanya bertujuan untuk kesenangan sebagai tujuan akhir.

Jika dijabarkan maka tujuan dari gaya hidup ini bagi subjek A adalah untuk mendapatkan hal-hal yang diinginkannya sehingga subjek merasa senang dan akan menimbulkan kebahagiaan.

Tujuan subjek B melakukan gaya hidup hedonisme adalah untuk membuat hidup menjadi lebih baik dan untuk menyenangkan diri sendiri sehingga kebahagiaan akan tercapai. Selaras dengan teori Moeliono (1988) bahwa hedonisme adalah pandangan hidup yang menganggap

bahwa kesenangan dan kenikmatan hidup adalah tujuan utama.

Subjek B menganggap bahwa segala aktivitas hedonisme tersebut merupakan bentuk pembuktian bahwa kerja keras yang dilakukannya saat ini telah membuahkan hasil baik yang membuat hidupnya menjadi lebih baik.

Tujuan subjek C bergaya hidup hedonisme adalah untuk kesenangan, menghilangkan stress, serta untuk melampiaskan emosi sehingga akan tercapai kebahagiaan dalam hidupnya. Sesuai dengan teori dari APA Dictionary of Psychology Second Edition (2015:487) bahwa hedonisme adalah ajaran bahwa kesenangan adalah kebaikan hakiki dan merupakan tujuan yang tepat dari semua tindakan manusia.

Aktivitas hedonisme yang dilakukan subjek C tersebut bertujuan untuk menghilangkan stress, melampiaskan emosi, serta untuk kesenangan yang dapat menciptakan kebahagiaan bagi subjek.

Aplikasi *instagram* merupakan aplikasi yang memberikan sarana bagi penggunanya untuk mengunggah dan melihat foto atau video serta memberikan informasi secara cepat menggunakan jaringan internet. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Putri (2013:14) bahwa *instagram* dapat mengunggah foto dengan menggunakan jaringan internet, sehingga informasi yang disampaikan dapat diterima dengan cepat. Olehkarena itu, aplikasi *instagram* ini menjadi salah satu wadah bagi subjek A, B, dan C untuk mempublikasi aktivitas hedonismenya.

Tujuan subjek A mempublikasikan aktivitas hedonisme ke aplikasi *instagram* diantaranya untuk melakukan review terhadap suatu hal atau

kegiatan yang dilakukan misalnya review make up dan makanan. Tujuan lainnya adalah untuk ajang pamer yaitu mengunggah gaya hidup hedonisme nya di aplikasi instagram sehingga dapat dilihat orang lain, serta mendapatkan rasa senang saat unggahannya diberikan komentar atau respon oleh orang lain.

Subjek B mempublikasi gaya hidup hedonisme di aplikasi instagram bertujuan untuk mengekspresikan rasa puas atas pencapaiannya. Tujuan lainnya adalah untuk melakukan review terhadap suatu hal atau kegiatan yang dilakukan misalnya review makanan. Selain itu juga untuk ajang pamer dengan mengunggah mengenai gaya hidup hedonisme yang dijalannya di aplikasi instagram, serta mendapatkan rasa puas dan bangga saat unggahannya diberikan komentar oleh orang lain.

Tujuan subjek C mempublikasi gaya hidup hedonisme di aplikasi instagram adalah untuk ajang pamer yaitu memberitahukan kepada banyak orang tentang hal atau kegiatan yang sedang dilakukan. Hal tersebut dilakukan dengan mengunggah gaya hidup hedonismenya di aplikasi instagram, serta untuk mendapatkan rasa puas jika unggahannya diberi respon oleh orang lain.

Apabila disimpulkan maka tujuan subjek A, B, dan C mengunggah gaya hidup hedonisme di aplikasi instgaram adalah untuk ajang pamer yaitu bertujuan memberitahu orang lain mengenai aktivitas hedonisme yang dilakukannya, serta untuk mendapatkan respon dan atau komentar mengenai unggahannya tersebut. Tujuan lainnya juga untuk melakukan *review* terhadap aktivitas atau kegiatan atau suatu hal yang dilakukan.



## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan peneitian dan pembahasan yang telah dilakukan, penelitian ini dapat ditarik kesimpulan:

1. Faktor penyebab mahasiswa melakukan gaya hidup hedonisme.

Faktor penyebab mahasiswa melakukan gaya hidup hedonisme dalam penelitian ini ditemukan dua jenis faktor yaitu faktor internal dan juga faktor eksternal. Faktor internal yang menjadi penyebab munculnya gaya hidup hedonisme dalam penelitian ini meliputi motif dan persepsi. Sedangkan faktor eksternal yang muncul meliputi lingkungan keluarga, lingkungan pertemanan, dan kelompok referensi. Secara rinci dapat dijelaskan bahwa faktor penyebab subjek A melakukan gaya hidup hedonisme meliputi motif, persepsi, dan pengaruh lingkungan keluarga. Faktor penyebab subjek B melakukan gaya hidup hedonisme meliputi motif, persepsi, dan pengaruh media sosial terutama Instagram. Faktor penyebab subjek C melakukan gaya hidup hedonisme meliputi motif, persepsi, lingkungan pertemanan, dan media sosial.

2. Tujuan mahasiswa melakukan gaya hidup hedonisme.

Tujuan ketiga subjek penelitian dalam melakukan gaya hidup hedonisme setidaknya hampir sama. Berikut adalah rincian dari masing-masing subjek. Subjek A melakukan gaya hidup hedonisme ini bertujuan untuk menyenangkan diri sendiri sehingga tercapai kebahagiaan. Tujuan subjek B melakukan gaya hidup hedonisme adalah untuk membuat hidup menjadi lebih baik dan untuk menyenangkan diri sendiri

sehingga kebahagiaan akan tercapai. Sedangkan tujuan subjek C bergaya hidup hedonisme adalah untuk kesenangan, menghilangkan stress, serta untuk melampiaskan emosi sehingga akan tercapai kebahagiaan dalam hidupnya.

3. Tujuan mahasiswa mengunggah gaya hidup hedonisme ke aplikasi instagram.

Dari ketiga subjek penelitian dapat disimpulkan bahwa tujuan subjek penelitian mengunggah gaya hidup hedonisme ke aplikasi instagram adalah untuk ajang pamer yaitu bertujuan memberitahu kepada orang lain mengenai aktivitas hedonisme yang dilakukannya, serta untuk mendapatkan respon dan atau komentar mengenai unggahannya tersebut. Tujuan lainnya untuk mengekspresikan rasa puas atas pencapaiannya dan juga untuk melakukan review terhadap aktivitas atau kegiatan atau suatu hal yang dilakukan.

### **Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Peneliti menyarankan kepada para mahasiswa agar dapat mengontrol dirinya sendiri dari hal-hal yang bersifat kesenangan dan kenikmatan yang sesaat namun dapat berdampak buruk dikemudian hari.

2. Bagi peneliti yang tertarik meneliti gaya hidup hedonisme

Peneliti berharap kepada peneliti yang tertarik untuk meneliti topik yang sama dapat memperhatikan adanya keterbatasan peneliti yang dimiliki. Hal ini dilakukan agar bisa digunakan

sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan kualitas data yang diperoleh. Peneliti berharap peneliti yang lain untuk bisa menambahkan jumlah subjek, jumlah key informan, dan dapat memperkaya data penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. 2015. APA Dictionary of Psychology. Washington, DC: American Psychological Association
- Arifin, Zainal. 2011. Penelitian Pendidikan. Bandung: Remaja Rosda.
- Atmoko Dwi, Bambang. 2012. Instagram Handbook Tips Fotografi Ponsel. Jakarta: Media Kita.
- Gem, Collins. (1993). Kamus saku biologi. Jakarta: Erlangga.
- Hartaji, Damar A. (2012). Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua. Skripsi strata satu, Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Hurlock, Elizabeth. (2001). Psikologi Perkembangan Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Huta, V. (2013). Eudaimonia. In S. David, I. Boniwell, & A.C. Ayers (Eds.), Oxford Handbook of Happiness (chapter 15, pp. 201-213). Oxford, GB: Oxford University Press.
- J. Lopez, S. (2009). The Encyclopedia of Positive Psychology. Blackwell Publishing: UK
- Kotler, Philip. 1997, Manajemen Pemasaran. Edisi Bahasa Indonesia jilid satu. Jakarta: Prentice Hall.
- Mardalis. 2014. Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal. Jakarta: Bumi Aksara.
- Moeliono, Anton M. (1988). Kamus Besar Bahasa Indonesia, Jakarta: Balai Pustaka.
- Miles, B. Mathew dan Michael Huberman. 1992. Analisis Data Kualitatif Buku Sumber Tentang Metode-metode Baru. Jakarta: UIP.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is Everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological Well-Being. Journal of Personality and Social Psychology, 57, 1069-1081.
- Santrock, J. W. (1999). A topical approach to life span development. New York: McGrawHill Companies, Inc.
- Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Utami, P. H. 2008. Perilaku Konsumtif pada Sales Promotion Girl (SPG) di Tinjau dari Gaya Hidup Hedonis. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
- Willis, Sofyan S. 2011. Konseling Individual, Teori dan Praktek. Bandung: Alfabeta