

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada zaman yang begitu maju seperti sekarang ini, pola perilaku manusia semakin bergerak menuju kehidupan modern yang tentunya mengikuti perkembangan zaman.¹ Untuk menghilangkan rasa takut dan cemas, beberapa orang harus memenuhi kebutuhannya. Kebutuhan tersebut tergolong kebutuhan primer, yang terdiri dari kebutuhan fisik seperti makanan, minuman, dan seks. Berikutnya kebutuhan spiritual yang meliputi kebutuhan psikologis dan kebutuhan sosial.²

Pemuasan kebutuhan hidup selalu dikaitkan dengan pengorbanan atau biaya yang akan dikeluarkan untuk memperoleh sesuatu yang dibutuhkan atau diinginkan. Untuk melakukan hal tersebut, setiap individu mempunyai cara yang berbeda-beda. Ada orang yang memuaskan kebutuhannya dengan cara yang wajar, dan ada juga orang yang memuaskannya secara berlebihan, sehingga disebut perilaku konsumtif. Perilaku konsumtif ini diartikan sebagai tindakan seseorang membeli suatu barang tanpa adanya pertimbangan rasional, bukan berdasarkan

¹ Muh Riskan, "Perilaku Sosial Konsumerisme Pada Remaja Di Era Globalisasi Di Desa Bontobulaeng Kecamatan Bontotiro Kabupaten Bulukumba", *Skripsi*, (Jurusan Pendidikan Sosiologi Universitas Muhammadiyah Makassar), halaman 16.

² Zakiyah Derajat, *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1982), halaman 23.

kebutuhannya melainkan semata-mata untuk memuaskan keinginannya.³

Perilaku konsumtif juga ditemui di kalangan remaja. *Adolesensi* atau masa remaja artinya masa peralihan seseorang menuju kedewasaan.⁴ Santrock mengatakan bahwa, masa yang paling diwarnai dengan badai dan stres adalah masa remaja. Artinya pada saat remaja, seseorang selalu dipenuhi perubahan suasana hati dan konflik yang tidak menentu antara kerendahan hati serta kesombongan, niat mulia serta segala godaannya-godaannya, juga mengenai kebahagiaan dan kesedihan.⁵ Dalam keadaan seperti inilah yang bisa membawa remaja pada perilaku konsumtif. Perilaku konsumtif merupakan suatu tindakan yang dapat menimbulkan inefisiensi biaya secara ekonomis.⁶

Dalam menilai bahwa remaja memiliki perilaku yang konsumtif, ada beberapa indikator yang perlu diperhatikan. Indikator pada perilaku konsumtif menurut Sumartono yakni:⁷ (1) membeli barang dengan alasan hanya karena ingin memperoleh *giveaway* atau hadiah yang menarik, artinya barang atau produk yang dibeli tidak mementingkan manfaat tetapi hanya untuk memperoleh iming-iming hadiah/*giveaway*. (2) pembelian barang

³ Imroatum Magfiroh, "Pendekatan Behavior dalam Menanggulangi Perilaku Konsumtif pada Santri", *Jurnal Maddah*, 2(2), 2020, Halaman 64.

⁴FJ. Monks, A.M.P. Knoers, & Siti Rahayu Haditono, *Psikologi Perkembangan, Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*, (Yogyakarta : Gadjah Mada University Press, 2002) halaman 226.

⁵John W. Santrock, *Remaja (Adolesence)*, Edisi. 11, Jilid I (Jakarta: Erlangga, 2007) halaman 6.

⁶Fransisca & P. Tommy Y. S. Suyasa, *Perbandingan Perilaku Berdasarkan Metode Pembayaran*, *Jurnal Phronesis*, Volume 7. No. 2, Desember 2005, 172.

⁷<http://sumartonomulyo.blogspot.com>. diunduh Minggu 30 Juli 2023.

karena sampul yang memukau atau unik. (3) pembelian barang atau produk dilakukan seseorang hanya untuk menjaga gengsi dan penampilan. (4) pembelian barang atau produk dilakukan seseorang hanya karena adanya potongan harga. (5) pembelian atau pemakaian barang disebabkan oleh efek seorang model yang mempromosikan barang atau produk tersebut. (6) timbulnya penilaian jika membeli produk atau barang dengan harga yang mahal atau tinggi bisa meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Penanda perilaku konsumtif remaja lainnya adalah mudahnya mereka terbujuk kelompok referensi dalam pembelian barang. Seperti iklan, film, dan teman sebaya.⁸

Dalam situasi ini, remaja bisa menjadi seorang konsumen yang kompulsif, artinya dalam pelbagai hal mereka cenderung susah untuk mengendalikan diri dan perilaku mereka yang bisa berujung pada menghancurkan diri sendiri (seperti melukai diri sendiri bahkan melakukan bunuh diri)⁹ serta orang di sekelilingnya (seperti melakukan tindakan pencurian, merusak barang orang lain)¹⁰ sebagai akibat dari tidak terpenuhinya keinginan konsumtif tersebut. Karena itu dibutuhkan suatu strategi dalam pencegahan perilaku konsumerisme tersebut. Dalam hal ini,

⁸Fransisca dan P. Tommy Y. S. Suyasa, *Perbandingan Perilaku Berdasarkan Metode Pembayaran*, *Jurnal Phronesis*, Volume 7. No. 2, Desember 2005, halaman 180.

⁹Kezia Y. Kusuma, dkk. *Kecenderungan Bunuh Diri di Kalangan Remaja Toraja*. JIMP (Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan, Vol. 2 No 1, 2022.

¹⁰Berita Buser Indonesia, *Kasus Kejahatan di Toraja Utara Meningkat Tahun 2023*, <https://www.buserIndonesia.i/kasus-kejahatan-di-toraja-utara-meningkat-tahun-2023>, diakses pada tanggal 03 Januari 2024.

strategi yang dipilih oleh penulis untuk mencegah perilaku konsumtif adalah pendekatan konseling *behavioral* dengan teknik *Self-Control* atau Kontrol Diri.

Konseling *behavioral* merupakan suatu proses konseling terhadap klien yang dilakukan oleh konselor dengan menggunakan pendekatan *behavioral* untuk memecahkan masalah dan menentukan jalan hidup yang ingin dicapai klien. Untuk membantu seseorang belajar menghadapi masalah interpersonal, emosional, dan pengambilan keputusan tertentu, konseling perilaku juga dapat diterapkan.¹¹ Dalam strategi konseling *behavioral* ini penulis fokus pada teknik *Self-Control*. Dalam hal ini penulis memakai teori yang dikemukakan oleh Averill mengenai kontrol diri. Averill berpendapat bahwa dengan mengukur pengendalian diri individu dapat diamati pada beberapa aspek, antara lain pengendalian perilaku, pengendalian kognitif, dan pengendalian pengambilan keputusan.¹² Hurlock menyatakan bahwa pengendalian diri adalah kemampuan individu untuk mengatur, membimbing, dan mengarahkan berbagai bentuk perilaku melalui pertimbangan kognitif yang dapat menimbulkan akibat positif. Selain itu, Hurlock juga menjelaskan bahwa kontrol diri dapat mempengaruhi konsumen, baik faktor internal maupun eksternal. Faktor

¹¹ Muhammad Surya, *Teori-Teori Konseling* (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003) 79.

¹² Juli Y. Harahap, "Hubungan Kontrol Diri Dengan Ketergantungan Internet Di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan", *Jurnal Edukasi*, 3(2), 2017, halaman 140.

internal berasal dari usia dan kedewasaan yang mempengaruhi kemampuan seseorang dalam pengendalian diri. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan keluarga khususnya orang tua. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa seseorang dengan pengendalian diri yang tinggi dapat menurunkan perilaku konsumtifnya.¹³

Self contro merupakan kemampuan internal untuk mencegah terjadinya perilaku maladaptif. Salah satu faktor yang mempengaruhi pengendalian diri adalah niat yang timbul dalam diri. Ketika individu menghadapi situasi yang berbeda dan memiliki niat yang kuat, mereka akan lebih sering menghadapi dilema moral. Hal ini dapat diamati ketika individu merasa ada pertarungan dalam dirinya untuk mempertimbangkan, memilih dan mengevaluasi sikap yang pantas dan tidak pantas untuk diambil berdasarkan niat yang muncul dalam dirinya. Jadi, misalkan dia mempunyai pengendalian diri yang rendah namun niatnya kuat, seringkali dia mencapai sesuatu tanpa berpikir panjang dan sebaliknya. Akibatnya akan mempengaruhi kemampuan seseorang dalam melakukan pengendalian diri¹⁴

Dalam Amsal 25:28 *“Orang yang tak dapat mengendalikan diri adalah seperti kota yang roboh temboknya”* dan dalam 1 Korintus 9:25 *“Tiap-tiap orang yang turut mengambil bagian dalam pertandingan, menguasai dirinya dalam segala hal. Mereka berbuat demikian untuk memperoleh suatu mahkota yang fana, tetapi kita untuk*

¹³*Ibid.*

¹⁴ Tan, Debora Agnez P dan Intiyas U, “Studi Eksperimental Kontrol Diri dan Gaya Hidup: Dampaknya Pada Niat Kecurangan”, *Jurnal Kajian Akuntansi*, 5(1), 2021, halaman 19.

*memperoleh suatu mahkota yang abadi”.*¹⁵

Berdasarkan observasi awal, peneliti menemukan data bahwa di Gereja Toraja Jemaat Kapolang terdapat 17 remaja yang terdaftar dalam database SMGT Jemaat Kapolang. Beberapa remaja menjadi keluhan orang tua atas perilaku konsumtif mereka yang terus mengoleksi barang-barang yang jarang digunakan dan melakukan pemesanan paket secara terus-menerus yang mengakibatkan efisiensi biaya dalam keluarga. Keluhan itu bermula ketika orang tua melihat lemari anak mereka yang penuh dengan barang atau produk yang jarang bahkan tidak pernah dipakai oleh anak mereka. Selain itu, kebiasaan remaja yang melakukan pembelian secara online yang dilakukan secara terus-menerus juga sebagai salah satu indikator yang mengkhawatirkan orang tua/keluarga.

Data awal menunjukkan bahwa akibat dari perilaku tersebut adalah, pertama orang tua dari remaja berperilaku konsumtif mengeluh atas tindakan anak mereka yang boros sehingga menimbulkan masalah keuangan hingga masalah kesehatan. Kedua, menurunnya kepribadian baik remaja karena menjadi anak yang pembohong terhadap orang tua mereka mengenai pengeluaran mereka. Ketiga, melakukan tindakan kejahatan seperti mencuri yang merugikan orang lain demi memenuhi keinginan konsumtif mereka. Keempat, menimbulkan kecemburuan sosial lantaran melihat gaya hidup dan barang yang dimiliki orang lain, sehingga menimbulkan keinginan

¹⁵ Alkitab Terjemahan Baru, (Lembaga Alkitab Indonesia, 2021), halaman 665 & 194

untuk meniru dan membelinya. Dan yang paling berbahaya adalah, ketika remaja tidak mampu mengikuti trend kelompok mereka atau memaksakan diri, maka hal tersebut akan menimbulkan stress bagi remaja itu sendiri.

Dari observasi awal yang dilakukan, peneliti fokus pada remaja yang belum mampu mengendalikan dirinya ketika pola perilakunya dan gaya hidupnya sudah masuk dalam perilaku konsumtif yang kompulsif. Dalam penelitian ini peneliti memilih dua informan remaja yang belum memiliki kemampuan mengendalikan diri untuk mencegah perilaku konsumtif. Pemilihan informan didasarkan pada pengamatan dan survei yang dilakukan peneliti dengan menyebarkan pertanyaan melalui kuisioner dengan 10 orang remaja sebagai responden. Kriteria remaja menjadi subyek ialah remaja yang orang tuanya memiliki penghasilan di atas Rp 2.000.000, dan remaja yang lebih senang berbelanja online daripada offline. Tanda bahwa informan tidak mampu mengendalikan diri untuk menghindari perilaku konsumtif antara lain, tidak membuat daftar belanjaan, tidak mengurangi belanja online, dan boros. Saat ini kondisi kedua informan yang diteliti sama-sama memenuhi kriteria di atas.

Berangkat dari latar belakang di atas, maka penulis akan memaparkan permasalahan tersebut dalam penelitian yang berjudul: **Pengaruh Konseling Behavioral dengan Teknik *Self-Control* dalam Penanganan Remaja Berperilaku Konsumtif di Gereja Toraja Jemaat Kapolang.**

B. Fokus Masalah

Pada penelitian ini fokus masalah yang dikaji yakni bagaimana pengaruh konseling behavioral dengan teknik *self-control* dalam penanganan remaja berperilaku konsumtif di Gereja Toraja Jemaat Kapolang.

C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh konseling behavioral dengan teknik *self-control* dalam penanganan remaja berperilaku konsumtif di Gereja Toraja Jemaat Kapolang?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami pengaruh konseling behavioral dengan teknik *self control* dalam penanganan remaja berperilaku konsumtif di Gereja Toraja Jemaat Kapolang.

E. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Akademis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan ilmiah tentang cara mengendalikan diri agar terhindar dari perilaku konsumtif yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Remaja

Dapat meminimalisir perilaku konsumtif, dan belajar tidak boros, berperilaku hemat dalam kehidupan sehari-hari.

b) Bagi Peneliti

Memperoleh ilmu baru sebagai tambahan ilmu dan mampu mengendalikan diri dengan lebih baik setelah menyelesaikan penelitian ini.