

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gaya hidup seseorang ditentukan oleh bagaimana dia menghabiskan waktunya (aktivitas), apa yang penting baginya di lingkungan (minat), dan bagaimana dia berpikir tentang dirinya sendiri dan dunia di sekitarnya (opini). Gaya hidup konsumen terbagi menjadi beberapa kategori, antara lain gaya hidup mandiri, sehat, modern, hedonis, hemat, dan bebas.¹

Gaya hidup merupakan perpaduan antara tuntutan ekspresi diri dan harapan kelompok seseorang dalam bertindak sesuai norma yang berlaku, dan menggambarkan keseluruhan individu yang berinteraksi dengan lingkungannya. Sedangkan gaya hidup hedonis adalah gaya hidup dimana tindakan seseorang terpusat pada mencari kesenangan hidup, seperti berada di keramaian metropolitan, membeli barang-barang mahal, dan selalu ingin menjadi pusat perhatian. Tujuan hidup menurut hedonis adalah untuk berbahagia atau mengejar kesenangan sebanyak-banyaknya (maksimum) dengan usaha yang seminimal mungkin (jumlah terkecil).²

Hedonis berasal dari kata Yunani "hedone," yang berarti kesenangan. Hedonis dengan demikian dapat dipahami sebagai nilai atau sudut pandang yang mengutamakan kesenangan dan kepuasan

¹ Donni Juni Priansa, "Perilaku Konsumen", (Bandung: Alfabeta, 2017), h. 186.

² Muro'atul Qibtiyah dkk, "Pengaruh Gaya Hidup Hedonisme Dan Pola Asuh Autoritatif Terhadap Penyiapan Kehidupan Berkeluarga Pada Remaja", Jurnal Ilmiah Counsellia, Vol 7. No 2(Nopember 2017), h. 82-92

sebagai tujuan utama hidup. Hal ini sejalan dengan filosofi etika hedonis yang berpandangan bahwa setiap orang senang mengalami kesenangan atau kepuasan karena merupakan aspek kehidupan yang tidak dapat dihindari.³

Gaya hidup hedonis salah satu bentuk gaya hidup yang memiliki daya tarik bagi remaja. Dengan adanya fenomena tersebut, remaja cenderung untuk lebih memilih hidup yang mewah, enak, dan serba berkecukupan tanpa harus bekerja keras.⁴

Masyarakat yang tinggal di perkotaan dimanjakan dengan segala fasilitas yang ada saat ini, antara lain mall, restoran, café, apartemen, hotel, dan fasilitas lainnya, yang semuanya berlokasi dekat dengan tempat tinggalnya, sehingga sangat mudah dijangkau oleh semua kalangan, gaya hidup adalah cerminan dari interaksi setiap orang dengan lingkungan mereka, dan semua ini tidak dapat dipisahkan dari pengaruh orang dan situasi mereka.

Media elektronik seperti telepon berdampak pada gaya hidup hedonis.

Jadi permasalahan responden sehingga memiliki gaya hidup hedonis adalah dirinya selalu dimanjakan oleh fasilitas yang ada seperti penjelasan diatas. Faktor lingkungan pertemanan dan keluarga menjadi salah satu faktor mereka memiliki gaya hidup hedonis.

Memiliki smartphone memungkinkan Anda untuk mengakses berbagai informasi media sosial. Praktis, informasi yang

³ E.B. Surbakti, M.A, "Kenalilah Anak Remaja Anda", (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2009), h.238

⁴ Ranti Tri Anggrainil & Fauzan Heru Santhoso, "Hubungan antara Gaya Hidup Hedonis dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja", Journal Of Psychology Vol 3, NO. 3,(2017), h. 133

menggambarkan beragam gaya hidup baik dari dalam maupun luar negeri bisa diperoleh. Hal ini dapat mengarah pada perilaku gaya hidup hedonis yang banyak di kalangan seniman, birokrat, dan politisi yang bahkan lebih makmur, dan yang gaya hidupnya terus-menerus didokumentasikan di media sosial, menyebabkan individu mengikuti gaya hidup hedonis secara tidak langsung.⁵

Salah satu aspek tumbuh kembang remaja yang harus dipahami individu adalah kesiapan anak memasuki kehidupan keluarga. Remaja diharapkan memiliki informasi yang benar tentang kehidupan keluarga sebelum memasukinya, sehingga dapat membangun kehidupan keluarga yang sukses. Karena menikah di usia muda memiliki risiko lebih tinggi untuk gagal (perceraian) karena ketidaksiapan mental dalam menghadapi dinamika keluarga dan kewajiban untuk peran mereka yang berbeda, menikah di usia muda memiliki risiko lebih tinggi untuk gagal (perceraian).⁶

Konseling pranikah dimaksudkan untuk membekali calon pasangan suami istri dengan keterampilan dalam menyelesaikan permasalahan gaya hidup hedonis, yang dapat diartikan sebagai gaya hidup seseorang sebagai proses penggunaan uang dan waktu yang dimilikinya dalam kegiatan, minat, dan pendapat (opini) yang ada. Dinyatakan dalam kegiatan, minat, dan pendapat (opini) yang bersangkutan. Seperti fashion, kuliner, produk mewah, lokasi berkumpul, untuk menjadi pusat perhatian adalah contohnya. Orang

⁵Jihan Zul Fahmi dkk, "Teknik Self-Management sebagai Upaya Mereduksi Gaya Hidup Hedonis Siswa SMA", *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*. Vol. 4, No. 10(2021), h. 1409

⁶Muro'atul Qibtiyah dkk, "Pengaruh Gaya Hidup Hedonisme Dan Pola Asuh Autoritatif Terhadap Penyiapan Kehidupan Berkeluarga Pada Remaja", *Jurnal Ilmiah Counsellia*, Vol 7. No 2(Nopember 2017), h. 82-92

yang menjalani gaya hidup hedonis menghabiskan lebih banyak waktu di luar rumah di tempat-tempat seperti mal dan cafe, dan tigert.⁷

Konseling pranikah perlu dilakukan. Bimbingan pernikahan sama pentingnya untuk dikembangkan dan diselenggarakan. Pendampingan awal adalah bimbingan yang ditawarkan kepada pasangan yang merencanakan pernikahan oleh ahli pernikahan dan individu dari kementerian. Strategi yang sangat berhasil untuk membantu orang mengembangkan nilai-nilai spiritual mereka adalah konseling. Konseling adalah profesi penolong yang melandasi peran dan fungsi individu pada masyarakat.⁸

Allah SWT memerintahkan manusia untuk menikah dalam rangka memenuhi kebutuhan naluri dengan secara halal. Perkawinan adalah cara untuk menjamin kelangsungan keturunan dan cinta jiwa, serta sarana untuk mencapai kenyamanan jiwa dan kasih sayang dari sesama pasangan. Setiap wanita dan pria harus berusaha untuk menciptakan keluarga yang sakinah mawaddah warahmah. Namun untuk masuk ke dalam keluarga SAMARA diperlukan persiapan yang matang, meliputi persiapan fisik dan mental, pengetahuan pernikahan, dan kesiapan menghadapi tantangan dan cara mengatasinya.⁹

Dari hal itu sangat dibutuhkan sekali persiapan sebelum menghadapi pernikahan, seseorang yang sudah siap untuk menikah maka sangat dianjurkan untuk melakukannya, hal tersebut dapat kita

⁷Elsa Irmeiyanti Hersika dkk, "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Gaya Hidup Hedonisme Remaja Di Cafe Kota Padang", *PSYCHE 165 Journal*, Vol. 13 , No.1 (Januari 2020), h. 1-5

⁸ Dita Angraini dkk, "Konseling Pranikah Dalam Mereduksi Budaya Pernikahan Dini" *jurnal ilmiah bk*, Vol 5 No 1(2022), h. 58

⁹Rika Devianti1 dan Raja Rahima2, "Konseling Pra-Nikah menuju Keluarga", *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* Vol. 4, No. 2(2018), H.73 – 79

lihat dalam firman Allah SWT dalam surah QS. An-Nur (24): 32 yang berbunyi

وَأَنْكِحُوا الْأَيِّمَىٰ مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ إِن يَكُونُوا
فُقَرَاءَ يُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ۗ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ

“Dan nikahkanlah orang-orang yang sendiri (bujangan) di antara kalian dan orang-orang shaleh diantara para hamba sahayamu yang laki-laki dan perempuan. jika mereka dalam keadaan miskin, Allah-lah yang akan menjadikan kaya dengan karunia- nya” [QS. An-Nur (24): 32].

Pernikahan, bagaimanapun juga, adalah upaya untuk menyatukan dua orang yang berbeda. Perbedaan karakter, selera, dan pengetahuan dua orang (suami dan istri) dipertemukan dalam sebuah rumah tangga untuk manjalain kehidupan bersama dalam jangka waktu yang lama. Salah satu tujuan pernikahan adalah untuk melindungi diri dari pengaruh negatif dan menarik dosa ke dalam hidup seseorang. Jangan pernah salah menduga berhubungan seks dengan tipe non-mahram sebagai zina. Namun, menyentuh, menempel, dan bahkan mengisi hati dan pikiran orang-orang dari lawan jenis adalah jenis perzinahan kecil. Untuk menghindari bencana ini, Nabi menganjurkan semua pengikutnya untuk segera menikah. Segala sesuatu yang dilarang akan menjadi halal karena adanya ikatan perkawinan. Jika kita selalu dekat dan rukun, itu tidak hanya halal tetapi juga bernilai ibadah.

Menikah tidak sulit, tetapi membuat keluarga yang harmonis itu seperti membangun sebuah struktur. Harus didahului dengan gambar yang mewakili konsep bangunan yang diinginkan. Dapat diperdebatkan dan diubah sesuai dengan konsep pikiran yang akan dituangkan ke

dalam bentuk bangunan. Demikian pula, untuk mengembangkan keluarga yang bahagia dan harmonis, seseorang harus terlebih dahulu memiliki konsep keluarga yang bahagia.¹⁰

Pernikahan juga merupakan upacara suci yang menghubungkan dua insan dari latar belakang dan jenis kelamin yang berbeda, oleh karena itu diperlukan tenaga profesional dalam profesinya untuk memberikan arahan, bimbingan, dan konseling guna mencapai kebahagiaan lahir dan batin. Pernikahan memiliki tujuan yang mulia, membangun keluarga bahagia kekal di mata Tuhan Yang Maha Esa. “Perkawinan adalah ikatan lahir batin antara seorang wanita dan seorang pria untuk menjadi suami istri dengan tujuan membangun keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa,” menurut Pasal 1 Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974. Namun pada tanggal 14 Oktober 2019 Presiden Republik Indonesia mengesahkan UU Nomor 16 Tahun 2019 tentang perubahan UU Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan.

Memulai hidup bersama dengan seseorang yang mencintai selamanya, dan membingkai ibadah dalam keluarga ke surga, selain fakta bahwa pernikahan juga merupakan peristiwa sosial, menyiratkan bahwa dua keluarga besar, baik pria dan wanita, dihubungkan melalui pernikahan. Semuanya adalah orang asing, yang belum pernah bertemu, dan bahkan mungkin dipisahkan oleh jarak yang sangat jauh, dengan pernikahan yang menyatukan tidak hanya dua pria dan wanita, tetapi juga dua keluarga besar dalam hubungan persaudaraan.¹¹

¹⁰Ahmad Atabik, “Dari Konseling Perkawinan Menuju Keluarga samara”, (Educational Guidance and Counseling Development Journal Vol. 6, No. 1 (2017), H. 108

¹¹Mubasyaroh, “Konseling Pra nikah dalam mewujudkan Keluarga Bahagia (studi Pendekatan humanistik Carl r. rogers”, Vol. 7, No. 2. (2018), H. 2-3

Tidak jarang pasangan yang sudah menikah mengalami kesulitan saat mereka menyesuaikan diri dalam pernikahan ketika memulai sebuah rumah tangga. Pernikahan menuntut perubahan cara suami dan istri berinteraksi, serta perubahan tugas dan kewajiban masing-masing.¹²

Konseling pranikah berusaha membantu individu mempersiapkan pernikahan dengan memaksimalkan potensi dan bakat mereka, menyesuaikan diri dengan konteks keluarga dan masyarakat, dan mengatasi rintangan dan tantangan yang datang saat pelaksanaan pernikahan.¹³

Faktor yang menyebabkan gaya hidup hedonis adalah sebagian besar disebabkan oleh penyebab internal, atau hal-hal yang datang dari dalam. Tidak ada keraguan bahwa setiap orang memiliki keinginan mendasar untuk sangat menikmati diri mereka sendiri. Dan dengan karakteristik lain dari manusia, terutama rasa tidak pernah puas dalam diri mereka. Selain itu faktor lingkungan pertemanan dan keluarga. Seseorang yang menganut gaya hidup hedonis sering memiliki pola pikir individualistis atau percaya bahwa mereka lebih penting dari pada yang lain atau memiliki sifat tidak peduli terhadap orang lain mengutamakan kesenangan tersendiri dan melakukan pembelian yang tidak perlu. Dengan contoh mementingkan kesenangan ketimbang kebutuhan.

Salah satu gaya hidup yang dipandang negatif adalah hedonis.

¹² Fithri Laela Sundani, "Layanan Bimbingan Pra Nikah dalam Membentuk Kesiapan Mental Calon Pengantin", *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam*, Vol 6, No 2, (2018), h. 166

¹³ Lilis Satriah, *Bimbingan Dan Konseling Keluarga Untuk Mewujudkan Keluarga Sakinah, Mawaddah Dan Warahmah*, (Bandung : fokusmedia, 2018) h.111

Meskipun tampak mewah dan menyenangkan, hedonis terkadang memiliki efek negatif, terutama pada stabilitas keuangan jangka panjang.

Pendekatan Self Management merupakan salah satu cara untuk membantu konseli mengatasi pola gaya hidup hedonis. Management diri adalah teknik yang memungkinkan konseli untuk mengontrol perilaku mereka sendiri. Untuk menciptakan modifikasi yang diinginkan, konseli harus secara aktif menggerakkan variabel internal dan eksternal. Meskipun konselor mendukung dan menginstruksikan strategi ini, konseli bertanggung jawab atas implementasinya. Konseli membimbing upaya perubahan dengan mengubah faktor lingkungan atau dengan mengatur konsekuensi.

Dalam studi kasus di atas, peneliti menggunakan konseling pranikah dengan teknik self-management dengan harapan dapat membantu konseli dalam mengubah perilaku gaya hidup hedonis. Sehingga dapat mengontrol diri dan menghindari hidup boros, terutama karena konseli berencana untuk menikah. Dan diharuskan bisa mengurus segalanya termasuk mengurus waktu dan keuangan. Dari sini perlu peneliti perlu untuk melakukan penelitian mendalam. Untuk itu peneliti mengambil judul “*konseling pranikah dengan teknik self-management dalam mengatasi gaya hidup hedonis pada seorang calon pengantin*”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar Belakang Masalah yang telah dijelaskan di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah

1. Bagaimana kondisi gaya hidup hedonis pada calon pengantin?

2. Bagaimana pelaksanaan konseling pranikah dengan *teknik self-management* dalam mengatasi gaya hidup hedonis pada calon pengantin di KUA kasemen kota serang?
3. Bagaimana hasil dari dari konseling pranikah dengan *teknik self-management* dalam mengatasi gaya hidup hedonis pada seorang calon pengantin di KUA kasemen kota serang?

C. Tujuan penelitian

Berdasarkan latar Belakang yang dikemukakan tersebut, maka perumusan masalah yang akan menjadi fokus kajian dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui kondisi gaya hidup hedonis pada calon pengantin
2. Untuk mengetahui proses pelaksanaan konseling pranikah dengan *teknik self-management* dalam mengatasi gaya hidup hedonis pada seorang calon pengantin di KUA Kecamatan kasemen
3. Untuk mengetahui hasil akhir pelaksanaan konseling pranikah dengan *teknik self-management* dalam mengatasi gaya hidup hedonis pada seorang calon pengantin di KUA kecamatan kasemen

D. Manfaat Penelitian

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten
Dalam rangka memajukan ilmu di bidang penelitian. Selanjutnya, temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang konseling pranikah dengan pendekatan *teknik self-management* untuk mengatasi gaya hidup hedonis calon pengantin.

2. Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam dapat mempelajari konseling pranikah dengan *teknik self-management* untuk mengatasi perilaku gaya hidup hedonis dan membantu penyelesaian kesulitan terkait gaya hidup hedonis ketika membentuk rumah tangga.

Menurut penulis, penelitian ini akan memperluas pengetahuan ilmiah dengan terjun langsung ke lapangan dan memberikan pengalaman belajar yang meningkatkan bakat dan keterampilan penelitian, serta pemahaman yang lebih dalam tentang disiplin ilmunya.

E. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam menginterpretasi istilah-istilah yang digunakan di dalam penelitian ini, maka diurutkan dalam penjelasan :

1. Konseling pranikah

Pernikahan adalah bersatunya seorang pria dan seorang wanita sebagai suami istri dengan harapan terciptanya keluarga yang bahagia baik di dunia maupun di akhirat. Kabul ijab, dengan kata lain, meminta kedua pasangan untuk membaca beberapa kata sebelum melanjutkan ke pernikahan. Menikah sangat dianjurkan dalam Islam, menurut hukumnya, karena hukumnya sunnah dan pasangan dapat membayar biaya pernikahan, mahar, dan mampu zohir dan batin.

Pra-nikah terdiri dari dua kata pra dan nikah, yang masing-masing menyiratkan awalan dan sebelum. pernikahan di KBBI. Sebelum memulai proses pernikahan, seorang wanita dan seorang

pria harus terlebih dahulu setuju. Ini akan dianggap resmi dalam undang-undang pernikahan agama dan pemerintah jika sesuai dengan standar. Sangatlah penting untuk memiliki nasehat konseling pranikah yang akan dilakukan oleh kedua mempelai dengan bantuan seorang konselor yang sangat terampil agar mereka memiliki bekal dan arahan sehingga mereka dapat memiliki kehidupan yang bahagia di dunia dan di dunia. selanjutnya.

Konseling pranikah merupakan kegiatan yang memberikan motivasi proaktif dan pendidikan pernikahan sesuai dengan norma dan nilai Islam, dan secara khusus ditujukan kepada remaja muslim yang memiliki keinginan kuat untuk melaksanakan pernikahan dini secara komprehensif dan efisien. Akibatnya, kemauan dan kapasitas remaja Muslim untuk menikah dapat membantu mengurangi konsekuensi negatif dari seks bebas, pemerkosaan, dan aktivitas ilegal lainnya yang dapat mempengaruhi individu dan masyarakat.

2. Teknik Self Managemant

Teknik Self-Management adalah proses di mana orang mengendalikan tindakan mereka sendiri. Premis utama penilaian self management adalah bahwa orang dapat diajari untuk menerapkan keterampilan untuk menghadapi keadaan yang merugikan, yang dapat mengarah pada transformasi. Individu dalam program Management Diri ini membuat keputusan tentang kebiasaan tertentu yang ingin mereka kelola atau ubah. Dalam kasus seperti itu, metode self-directed dapat memberikan perubahan serta strategi untuk mengimplementasikannya.

Ketika menggunakan *teknik self-management* untuk mengubah perilaku, klien mencoba untuk mengontrol perilakunya dengan mengubah faktor lingkungan atau memaksakan konsekuensi. Akibatnya, klien tidak hanya dapat mencapai perubahan perilaku yang diinginkan, tetapi target juga dapat memperoleh keterampilan untuk mengatur dirinya sendiri menggunakan metode ini.

Self Management adalah proses di mana orang mengendalikan tindakan mereka sendiri. Individu terlibat dalam beberapa atau semua komponen utama dari pendekatan ini, termasuk mendefinisikan perilaku target, memantau perilaku, memilih proses, dan menilai kemanjuran prosedur.

3. Gaya hidup hedonis

Gaya hidup merupakan Pola perilaku yang membedakan satu orang dari orang lain, dan yang beroperasi dalam kontak dengan cara yang mungkin tidak dipahami oleh orang lain yang tidak hidup dalam masyarakat modern. Di kelompok lain, gaya hidup yang ada tidak lagi menjadi perhatian seiring berkembangnya. Gaya hidup hedonis didefinisikan oleh fitur perilaku atau budaya yang mencari kehidupan yang penuh dengan pengalaman menyenangkan yang dapat dirasakan dan memuaskan keinginan, dengan kesenangan sebagai tujuan akhir. Remaja sangat rentan terhadap gaya hidup hedonis yang berkembang. Karena masa remaja merupakan masa pencarian jati diri bagi seseorang.