

**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DALAM
MENGATASI GAYA HIDUP HEDONIS REMAJA
AKIBAT MEDIA SOSIAL DI DESA ROBURAN
KECAMATAN SOSA KABUPATEN
PADANG LAWAS**



SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Syarat
Memperoleh Gelar sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam*

OLEH:

**Siska Damayanti Pasaribu
NIM. 2230200039**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH
ALI HASAN AHMAD ADDARY
PADANGSIDIMPUAN
2026**

**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DALAM
MENGATASI GAYA HIDUP HEDONIS REMAJA
AKIBAT MEDIA SOSIAL DI DESA ROBURAN
KECAMATAN SOSA KABUPATEN
PADANG LAWAS**



SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Syarat
Memperoleh Gelar sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam*

Oleh

**Siska Damayanti Pasaribu
NIM. 2230200039**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY
PADANGSIDIMPUAN
2026**

**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK DALAM
MENGATASI GAYA HIDUP HEDONIS REMAJA
AKIBAT MEDIA SOSIAL DI DESA ROBURAN
KECAMATAN SOSA KABUPATEN
PADANG LAWAS**



SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Syarat
Memperoleh Gelar sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam*

Oleh

**Siska Damayanti Pasaribu
NIM. 2230200039**

Dosen Pembimbing I


Dr. Sholeh Fikri, M.Ag
NIP. 196606062002121003

Dosen Pembimbing II


Siti Wahyuni Siregar, S.Sos.I..M.Pd.I
NIP. 198807092015032008

ACC Skripsi
10/04/2026

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY
PADANGSIDIMPUAN
2026**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD AD-DARY PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang Padangsidimpunan 22733
Telepon (0634)22080 Faximile (0634)24022

Hal : Skripsi
a.n. **Siska Damayanti Pasaribu**

Lampiran : 6 (Enam) Exemplar

Padangsidimpunan, 2026

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah Dan Ilmu
Komunikasi Universitas Islam Negeri
Syekh Ali Hasan Ahmad Ad-Darry
Padangsidimpunan
di-

Padangsidimpunan

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi a.n. **Siska Damayanti Pasaribu** yang berjudul: "Penerapan Konseling Kelompok Dalam Mengatasi Gaya Hidup Hedonis Remaja Akibat Media Sosial Di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas", maka kami berpendapat bahwa skripsi ini telah dapat diterima untuk melengkapi tugas dan syarat-syarat mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang ilmu Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN SYAHADA Padangsidimpunan.

Seiring dengan hal diatas, saudari tersebut sudah dapat menjalani sidang munaqasyah untuk mempertanggung jawabkan skripsinya ini.

Dengan demikian kami sampaikan, semoga dapat dimaklumi dan atas perhatiannya, diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

PEMBIMBING I



Dr. Sholeh Fikri, M.Ag
NIP. 196506062002121003

PEMBIMBING II



Siti Wahyuni Siregar, S.Sos.I., M.Pd.I
NIP. 198807092015032008

SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, bahwa saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Siska Damayanti Pasaribu
NIM : 2230200039
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah Dan Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi/Tesis : Penerapan Konseling Kelompok Dalam Mengatasi Gaya Hidup Hedonis Remaja Akibat Media Sosial Di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah Menyusun skripsi ini sendiri tanpa meminta bantuan yang tidak syah dari pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan tidak melakukan plagiasi sesuai dengan Kode Etik Mahasiswa UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan Pasal 14 Ayat 12 Tahun 2023.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana tercantum dalam Pasal 19 Ayat 3 Tahun 2023 tentang Kode Etik Mahasiswa Mahasiswa UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan yaitu pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padangsidempuan, 17 Juni 2026
Saya yang Menyatakan,



Siska Damayanti Pasaribu
NIM. 2230200039

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertandatangan di bahwa ini:

Nama : Siska Damayanti Pasaribu
NIM : 2230200039
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Jenis Karya : Skripsi

Dengan pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non Exclusive Royalti-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul: " Penerapan Konseling Kelompok Dalam Mengatasi Gaya Hidup Hedonis Remaja Akibat Media Sosial ". Dengan hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Padangsidempuan, 17 Juni 2026
Yang menyatakan



The image shows a yellow rectangular official stamp with a red border. Inside the stamp, there is a red circular emblem with a bird (Garuda) in the center. Below the emblem, the text "METEKA TEMBAT" is printed in red. At the bottom of the stamp, the alphanumeric code "D2212AOX0004905V6" is printed. A handwritten signature in black ink is written over the stamp.

Siska Damayanti Pasaribu
NIM. 2230200039

SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN DAN KEBENARAN DOKUMEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Siska Damayanti Pasaribu
NIM : 2230200039
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Alamat : Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa segala dokumen yang saya lampirkan dan berkas pendaftaran Sidang Munaqasyah adalah benar. Apabila dikemudian hari ditemukan dokumen-dokumen yang tidak benar atau palsu, maka saya bersedia dikenakan sanksi dengan peraturan dan ketentuan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat digunakan sebagai persyaratan mengikuti ujian munaqasyah.

Padangsidempuan, 17 Juni 2026
Saya yang menyatakan,



Siska Damayanti Pasaribu
NIM. 2230200039



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jl. T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sihitang Padangsidempuan 22733
Telp. (0634) 22080 Fax. (0634) 24022

DEWAN PENGUJI
SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Nama : Siska Damayanti Pasaribu
NIM : 2230200039
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : Penerapan Konseling Kelompok Dalam Mengatasi Gaya Hidup Hedonis Remaja Akibat Media Sosial Di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas

Ketua


Dr. Fauzi Rizal, M.A.
NIP. 197305021999031003

Sekretaris


Darwin Harahap, M.Pd.I
NIP. 19880128202311018

Anggota


Dr. Fauzi Rizal, M.A.
NIP. 197305021999031003


Darwin Harahap, M.Pd.I
NIP. 19880128202311018


Dr. Sholeh Fikri, M.Ag.
NIP. 196606062002121003


Siti Wahyuni Siregar, S.Sos.I., M.Pd.I
NIP. 198807092015032008

Pelaksanaan Sidang Munaqasyah

Di : Padangsidempuan
Hari/Tanggal : Jumat, 19 Juni 2026
Pukul : 14:00 WIB s/d Selesai
Hasil/Nilai : Lulus / 84.25 (A)
Indeks Prestasi Kumulatif : 3,77
Predikat : Sangat Memuaskan



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

**SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jl.T.Rizal Nurdin Km.4,5 Sihitang Padangsidimpuan 22733
Telp. (0634) 22080 Fax. (0634) 24022

PENGESAHAN

Nomor: ~~64~~/Un.28/F.4c/PP.00.9/06/2026

**Judul Skripsi : Penerapan Konseling Kelompok Dalam Mengatasi Gaya
Hidup Hedonis Remaja Akibat Media Sosial Di Desa
Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas**

Nama : Siska Damayanti Pasaribu

NIM : 2230200039

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Telah dapat diterima untuk memenuhi
Syarat dalam memperoleh gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)

Padangsidimpuan, 24 Juni 2026



Dekan

Dr. Ais Yulianti Syafrida Siregar, S.Psi, M.A

198012242006042001

ABSTRAK

Nama : Siska Damayanti Pasaribu
NIM : 2230200039
Fakultas/Prodi : FDIK/Bimbingan Konseling Islam
Judul : Penerapan Konseling Kelompok Dalam Mengatasi Gaya Hidup Hedonis Remaja Akibat Media Sosial Di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas
Tahun : 2026

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya perilaku hedonis pada remaja akibat pengaruh media sosial yang ditandai dengan kecenderungan mementingkan penampilan dan gaya hidup modern, mudah terpengaruh produk baru di media sosial, mengutamakan kesenangan pribadi, serta mencari perhatian di media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi perilaku hedonis remaja dan perubahan perilaku setelah mengikuti konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) di Desa Roburan, Kecamatan Sosa, Kabupaten Padang Lawas. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan Penelitian Tindakan Lapangan (*Field Action Research*) yang dilaksanakan dalam dua siklus. Informan penelitian terdiri dari 6 remaja berusia 15–17 tahun, 6 orang tua, dan 4 teman sebaya yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipan, wawancara semi terstruktur, dan dokumentasi. Konseling kelompok dilaksanakan dalam empat pertemuan dengan menggunakan teknik *self-assessment*, *delay of gratification*, *cognitive restructuring*, dan *behavioral planning*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada tahap pra-siklus seluruh subjek penelitian menunjukkan perilaku hedonis pada seluruh indikator yang diamati. Setelah pelaksanaan konseling kelompok pada Siklus I, terjadi perubahan perilaku hedonis sebesar 50%. Selanjutnya pada Siklus II, perubahan meningkat menjadi 62,5%. Perubahan tersebut terlihat dari berkurangnya kecenderungan remaja dalam mementingkan penampilan dan gaya hidup modern, mengutamakan kesenangan pribadi, serta mencari perhatian di media sosial. Selain itu, sebagian remaja mulai lebih selektif dalam menggunakan media sosial dan memanfaatkan media sosial untuk kegiatan yang lebih positif. Dengan demikian, konseling kelompok dengan pendekatan CBT mampu membantu mengurangi perilaku hedonis remaja akibat pengaruh media sosial di Desa Roburan, Kecamatan Sosa, Kabupaten Padang Lawas.

Kata Kunci: *Hedonis, Remaja, Media Sosial, Desa Roburan*

ABSTRACT

Name : Siska Damayanti Pasaribu
Student ID : 2230200039
Faculty/Major : FDIK/Islamic Guidance and Counseling
Title : The Implementation of Group Counseling in Overcoming Hedonistic Lifestyle of Adolescents Due to Social Media in Roburan Village, Sosa District, Padang Lawas Regency
Year : 2026

This study was motivated by the increasing hedonistic behavior among adolescents due to the influence of social media, which is characterized by a tendency to prioritize appearance and modern lifestyles, be easily influenced by new products promoted on social media, prioritize personal pleasure, and seek attention through social media. This study aimed to determine the condition of adolescents' hedonistic behavior and behavioral changes after participating in group counseling using the Cognitive Behavioral Therapy (CBT) approach in Roburan Village, Sosa District, Padang Lawas Regency. This study employed a qualitative method with a Field Action Research approach conducted in two cycles. The research participants consisted of 6 adolescents aged 15–17 years, 6 parents, and 4 peers selected through purposive sampling. Data were collected through participant observation, semi-structured interviews, and documentation. Group counseling was conducted in four meetings using self-assessment, delay of gratification, cognitive restructuring, and behavioral planning techniques. The results showed that during the pre-cycle stage, all participants exhibited hedonistic behavior on all observed indicators. After the implementation of group counseling in Cycle I, behavioral changes reached 50%. In Cycle II, the changes increased to 62.5%. These changes were reflected in the reduced tendency of adolescents to prioritize appearance and modern lifestyles, prioritize personal pleasure, and seek attention on social media. In addition, some adolescents became more selective in using social media and began utilizing it for more positive activities. Therefore, group counseling using the Cognitive Behavioral Therapy (CBT) approach was able to help reduce adolescents' hedonistic behavior influenced by social media in Roburan Village, Sosa District, Padang Lawas Regency.

Keywords: Hedonist, Teenager, Social Media, Roburan Village

المخلص

الاسم : سيسكا دامايانتي فاساريبو

نيم : ٢٢٣.٢٠٠.٣٩

أعضاء هيئة التدريس/القسم : إرشادات/FDIK/الإرشاد الإسلامي

العنوان :تطبيق الإرشاد الجماعي في التغلب على أسلوب الحياة الملذّي للمراهقين بسبب وسائل التواصل الاجتماعي في قرية روبوران، منطقة سوسا، المقاطعة بادانغ لوااس

السنة : ٢٠٢٦

تستند هذه الأبحاث إلى زيادة نمط الحياة الملذ بين المراهقين بسبب تأثير وسائل التواصل الاجتماعي، والتي تتميز بالميل لمتابعة أنماط وأنماط الملابس الرائجة، ومتابعة المحتوى الفيروسي أو التحديات على وسائل التواصل الاجتماعي، وتفضيل الأنشطة الممتعة على الالتزامات، ورفع المحتوى لجذب الانتباه (الإعجابات/التعليقات)، وصعوبة التمييز بين الاحتياجات والرغبات. تهدف هذه الدراسة إلى تحديد حالة أنماط الحياة والسلوك المتمتع لدى المراهقين بعد المشاركة في جلسات استشارية جماعية في قرية روبوران، منطقة سوسا، مقاطعة بادانغ لوااس. يستخدم هذا البحث منهجية نوعية مع نهج البحث الميداني الذي يتم تنفيذه على دورتين. تكون موضوع البحث من ٦ مراهقين تم اختيارهم من خلال تقنيات أخذ عينات هادفة. تم جمع البيانات من خلال الملاحظة والمقابلات والتوثيق. تم إجراء الإرشاد الجماعي في أربعة اجتماعات باستخدام تقنيات التقييم الذاتي، وتأخير الإشباع، وإعادة الهيكلة المعرفية، والتخطيط السلوكي. أظهرت النتائج أنه في مرحلة ما قبل الدورة، أظهر جميع المشاركين (٦ أشخاص أو ١٠٠٪) سلوكا متعبا في جميع مؤشرات البحث. في الدورة الأولى، كان هناك انخفاض، حيث أظهر ٣ من كل ٦ مراهقين (٥٠٪) سلوكا متمتعاً، بينما بدأ ٣ مراهقين (٥٠٪) في إظهار تغييرات سلوكية. في الدورة الثانية، انخفض عدد المراهقين الذين ظلوا يظهرون سلوكا متعبا إلى شخص واحد (١٦,٧٪)، بينما أظهر ٥ مراهقين (٨٣,٣٪) تغييرات سلوكية إيجابية في جميع المؤشرات. بشكل عام، كان هناك انخفاض في سلوك المتعة بنسبة ٨٣,٣٪ مقارنة بالحالة الأولية. وبالتالي، يمكن الاستنتاج أن الاستشارة الجماعية المبنية على العلاج السلوكي المعرفي فعالة في تقليل نمط الحياة الملذ للمراهقين بسبب تأثير وسائل التواصل الاجتماعي في قرية روبوران، منطقة سوسا، مقاطعة بادانغ لوااس.

الكلمات المفتاحية: متعبة للملت، مراهقة، وسائل التواصل الاجتماعي، قرية روبوران

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahan di Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan. Shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa ajaran Islam demi keselamatan dan kebahagiaan semua ummat Islam.

Skripsi ini berjudul: **"Penerapan Konseling Kelompok Dalam Mengatasi Gaya Hidup Hedonis Remaja Akibat Media Sosial Di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas"**, disusun untuk mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, program studi Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary (UIN SYAHADA) Padangsidimpuan. Skripsi ini disusun dengan bekal ilmu pengetahuan yang sangat terbatas dan amat jauh dari kesempurnaan dan akan menerima kritik saran pembaca, sehingga tanpa bantuan, bimbingan dan petunjuk dari berbagai pihak, maka sulit bagi penulis untuk menyelesaikannya. Oleh karena itu, dengan penuh rasa syukur dan kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah membantu penulis menyelesaikan skripsi ini, yaitu:

1. Rektor Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan Prof. Dr. H. Sumper Mulia Harahap, M.Ag.; wakil Rektor bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga Prof. Dr. H. Arbanur Rasyid, M.A.; wakil Rektor bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan Prof. Dr. Darwis Harahap, S.H.I., M.Si.; wakil Rektor Kemahasiswaan, Alumni dan Kerjasama Dr. Ikhwanuddin Harahap, M.Ag.; dan seluruh civitas akademik Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan.
2. Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addaryy Padangsidimpuan Dr. Lis Yulianti Syafrida Siregar, S.Psi, M.A.; Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addaryy Padangsidimpuan. Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan Dr. Fauzi Rizal, S.Ag., M.A.; wakil Dekan Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan Dr. Pahri Siregar, M.Pd.I.; dan wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama Dr. Icol Dianto, M.Kom.I.;
3. Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan Nurintan Muliani Harahap, M.A.; yang selalu memberi semangat dan motivasi kepada kami terutama kami yang lagi menyusun skripsi.

4. Pembimbing I Dr. Sholeh Fikri, M.Ag.; dan selaku pembimbing II Siti Wahyuni Siregar, S.Sos.I., M.Pd.I.; yang telah menyediakan waktunya untuk memberikan pengarahan, bimbingan dan petunjuk yang sangat berharga bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Kabag Tata Usaha Sukerman, S.Ag.; Sub Koordinator Akademik dan Kemahasiswaan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Mukti Ali, S.Ag.; beserta stafnya yang telah memberikan pelayanan Akademik yang baik demi kesuksesan dalam perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
6. Penasehat Akademik penulis Dra. Hj. Replita, M.Si.; yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingannya selama perkuliahan.
7. Kepala perpustakaan perpustakaan Yusri Fahmi, S.Ag., S.S., M.Hum.; serta pegawai perpustakaan Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan yang telah membantu penulis dalam hal mengadakan buku-buku penunjang skripsi.
8. Dosen Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan terkhusus Dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan yang telah membimbing, mendidik, memberikan ilmu pengetahuan selama perkuliahan, sehingga penulis memiliki pengetahuan dan mampu menyelesaikan skripsi ini sampai selesai.
9. Terimakasih kepada cinta pertamaku Ayah Ruslan Pasaribu dan pintu surgaku Mamah Hodijah Hasibuan atas segala dukungan, doa, dan kasih sayangnya, memberikan semangat dalam bentuk materi dan motivasi. Terimakasih sudah

berjuang sekuat tenaga untuk memberikan kehidupan yang layak untukku hingga akhirnya aku bisa tumbuh dewasa dan bisa berada di posisi ini. Kesuksesan dan segala hal baik yang kedepannya akan saya dapatkan adalah karena beliau. Tolong hidup lebih lama di dunia ini, izinkan saya mengabdikan dan membalas segala pengorbanan yang ibu dan ayah lakukan selama ini.

10. Abang penulis, Allan Basri Pasaribu, yang selalau memberikan dukungan, bantuan, dan semangat selama proses penyusunan skripsi ini. Tak lupa kepada adik penulis M Fahri Pasaribu dan Nurul Hanifah Pasaribu. Terimakasih atas semangat dan kebersamaan yang selalu menguatkan. Dukungan kalian menjadi bagian penting dari terselesainya studi ini.
11. Siska Damayanti Pasaribu, ya! diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya yang telah berjuang untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Sulit bisa bertahan dititik ini, terimakasih untuk tetap hidup dan merayakan dirimu sendiri, walaupun sering kali putus asa atas apa yang sedang diusahakan. Skripsi ini mungkin tidak sempurna, tetapi proses ini akan menjadi pengalaman yang penuh makna. Dan inilah skripsiku sebagai bukti perjuangan nyata dan patut di banggakan. *God thank you for being me independent women, i now there are more great ones but i'm proud of this achievement.*

Padangsidempuan, Juni 2026

Penulis

Siska Damayanti Pasaribu
NIM. 2230200039

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN

HALAMAN JUDUL

HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING

SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI

**HALAM PERNYATAAN PERSETUJUAN PUPLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

SURAT KEABSAHAN DOKUMEN

DEWAN PENGUJI SIDANG MUNAQASYAH

LEMBAR PENGESAHAN DEKAN

ABSTRAK

KATA PENGANTAR

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Masalah.....	9
C. Batasan Istilah	9
D. Rumusan Masalah.....	12
E. Tujuan Penelitian	12
F.Manfaat Penelitian	12
G. Sistematika Pembahasan	14

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori.....	15
1. Penerapan	15
2. Konseling Kelompok.....	15
a. Pengertian Konseling Kelompok	15
b. Tujuan Konseling Kelompok	16
c. Teknik-Teknik Konseling Kelompok Mengatasi Gaya Hidup Hedonis	17
d. Konseling Kelompok Dalam Perspektif Islam	18
3. Gaya Hidup Hedonis	21
a. Pengertian Gaya Hidup Hedonis	21
b. Ciri-Ciri Gaya Hidup Hedonis	22
c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Gaya Hidup Hedonis	23
d. Gaya Hidup Hedonis Menurut Pandangan Islam	25
4. Remaja	27
a. Pengertian Remaja.....	27
b. Ciri-Ciri Remaja.....	27
c. Tugas Perkembangan Remaja.....	28
5. Media Sosial.....	29
a. Pengertian Media Sosial	29
b. Jenis-Jenis Media Sosial	29
c. Manfaat Media Sosial.....	30
d. Kelemahan Dan Kerugian Media Sosial.....	31
B. Penelitian Terdahulu	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	35
B. Jenis Penelitian.....	35
C. Subjek Penelitian.....	35
D. Sumber Data.....	36
E. Teknik Pengumpulan Data.....	37
F. Rancangan Penelitian Tindakan.....	39
G. Teknik Analisis Data	48

H. Teknik Keabsahan Data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	52
1. Letak Geografis Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.....	52
2. Keadaan Penduduk Berdasarkan Jenis Kelamin	53
3. Keadaan Penduduk Berdasarkan Mata Pencaharian	53
4. Keadaan Penduduk Berdasarkan Agama	54
5. Sarana dan Prasarana.....	55
6. Struktur Organisasi.....	55
7. Data Jumlah Remaja Di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.....	56
B. Temuan Khusus Penelitian	58
1. Kondisi gaya hidup hedonis yang ditunjukkan oleh remaja akibat penggunaan media sosial.....	59
2. Perubahan perilaku remaja setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok terkait gaya hidup hedonis akibat media sosial.....	70
C. Analisi Hasil Penelitian	92
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	95
B. Saran.....	96

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel III. 1 Materi Konseling Kelompok Pada Remaja.....	45
Tabel IV. 1 Jumlah Kependudukan Desa Roburan	52
Tabel IV. 2	53
Tabel IV. 3 Sarana Prasarana	54
Tabel IV. 4 Daftar Kepengurusan Desa Roburan	55
Tabel IV. 5 Jumlah Remaja di Desa Roburan	55
Tabel IV. 6 Data Remaja Perilaku Hedonis	56
Tabel IV. 7	71
Tabel IV. 8	76
Tabel IV. 9	86

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada arus globalisasi di zaman ini, perkembangan teknologi sangat pesat. Banyak media sosial yang bisa diakses dengan mudah oleh setiap orang. Perkembangan penggunaan media sosial di Indonesia terus bertambah. Hal ini dapat dilihat berdasarkan laporan *We Are Social* menyebutkan pengguna internet di Indonesia pada tahun 2018 sebanyak 132.7 juta, tahun 2019 sebanyak 150 juta dan pada tahun 2020 disebutkan bahwa ada 175,4 juta. Dalam kurun waktu 4 tahun, internet telah menarik hampir 96% penduduk dunia untuk tergabung dalam *social networking*. Banyaknya teknologi yang bermunculan di era globalisasi ini, seperti teknologi digital serta berkembang pesatnya teknologi komputer di sepanjang dekade 1980-an.¹

Pengguna internet dan media sosial paling tinggi di Indonesia sendiri didominasi oleh anak-anak dan remaja. Media Sosial yang saat ini sangat digemari oleh berbagai kalangan dan tentunya dianggap cukup efektif dalam melakukan kegiatan media sosial. Dari 129,2 juta pengguna aktif media sosial, sebanyak 19,9 juta orang atau sekitar 15% menyatakan instagram sebagai salah satu media sosial yang sering dikunjungi seperti yang dikutip dalam artikel *Psychology Today* berjudul “4 Things Teen

¹ Sofyan Mufti Prasetyo et al., “Analisis Pertumbuhan Pengguna Internet di Indonesia,” dalam *Jurnal Buletin Ilmiah*, 2 (1), (2024), hlm. 65, <https://jurnalmahasiswa.com/index.php/biikma>.

Want and Need From Media Social". Alasan para remaja menggemari media sosial Adalah untuk mendapat perhatian, meminta pendapat, dan menumbuhkan citra mereka.²

Salah satu media sosial yang saat ini sangat diminati adalah instagram dan tiktok. Dimanapun dan kapanpun kita dapat berfoto lalu menguploadnya di instagram maupun tiktok. Bukan hanya foto pribadi, foto makanan, tempat-tempat umum yang biasanya memiliki daya tarik tidak pernah lepas menjadi sasaran followers untuk di foto. Para penggunanya tertarik untuk mengambil foto sebanyak dan sebgus mungkin lalu disebarakan agar semua orang tahu dan mengenal dirinya didunia maya, juga mungkin untuk membentuk pola pikir orang-orang yang mengikuti media sosialnya tersebut, dan bahkan ada yang menirunya.³

Remaja yang dalam tahapan ini memiliki rasa ingin tahu yang tinggi maka dengan mudah bisa menggunakan media sosial yang paling *up to date*. Dengan media sosial yang berkembang saat ini, individu difasilitasi untuk bisa menunjukkan dirinya supaya menjadi pusat perhatian atau "*center of attention*". Salah satu contohnya dengan adanya media sosial, individu bisa memposting apa yang terjadi dalam dirinya dan menarik perhatian orang untuk memberikan *comment* atau komentar.

² Raden Ajeng Nurizqia Utami Prawiro et all., "Hubungan Karakteristik Penggunaan Media Sosial Dan Harga Diri Pada Pemuda 15–24 Tahun." *dalam Jurnal Persatuan Perawatan Nasional Indonesia*, 9 (1), (2024), <http://dx.doi.org/10.32419/jppni.v9i1.554>.

³ Rizka Monanda, 'Pengaruh Media Sosial Instagram @awkarin Terhadap Gaya Hidup Hedonis Di Kalangan Followers Remaja', *journal of Jom Fisip*, 4 (2) (2017), hlm. 1–12, <https://www.neliti.com/publications/183339>.

Tidak sedikit remaja yang hampir setiap hari memposting video kegiatannya terutama ketika mereka memiliki barang\produk yang lagi trend di media sosial. Selain itu melalui media sosial terbentuk komunitas online yang meningkatkan nilai konsumtif dalam diri individu.⁴

Hal tersebut terjadi karena dalam suatu komunitas individu cenderung untuk menampakkan apa yang dimilikinya, baik berupa pakaian maupun gaya hidup. Remaja cenderung memiliki gaya hidup hedon agar tidak dicap ketinggalan zaman atau *kids zaman old*. Sebagai bentuk aktualisasi agar tidak ketinggalan zaman mereka memposting aktivitas mereka yang berpindah-pindah tempat nongkrong maupun bergonta-ganti pakaian yang bermerk di sosial media. Padahal sejatinya masih banyak dari mereka yang menggunakan uang dari orang tua untuk menyalurkan gaya hidup hedonisme mereka.⁵

Secara umum gaya hidup mengandung pengertian sebagai cara bagaimana seseorang mengonsumsi waktu dan uangnya untuk mengaktualisasikan dirinya. Gaya hidup juga dapat menjadi ajang ekspresi dan adaptasi seseorang terhadap budaya yang tengah melanda, sehingga tindakannya didasarkan pada pola baru yang dilahirkan akibat perkembangan zaman. Gaya hidup adalah cara hidup seseorang dalam menghabiskan waktu, ketertarikan mereka, dan apa yang dipikirkan

⁴ Sri Wahyuningsih and Ardian Adi Putra, "Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dengan Gaya Hidup Hedonis Pada Remaja." *dalam Jurnal Psychopolytan (Jurnal Psikologi)*, 3 (2), (2020), <https://doi.org/10.36341/psi.v3i2.894>.

⁵ Elsa Anggita Wardani and Prihatin Dwihantoro, "Identitas Virtual Gaya Hedon Mahasiswa di Media Sosial," *Journal of Prosiding The 11th University Research Colloquium (URECOL)*, 11 (7), (2023), hlm. 108, <https://www.repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/2695>.

tentang dirinya dan lingkungannya dan gaya hidup juga mempengaruhi kebutuhan, keinginan dan perilakunya.⁶

Menurut Kotler dan Armstrong, hedonisme adalah gaya hidup individu yang menunjukkan pola kehidupan pribadi individu di Masyarakat, tergambar dari perilaku di depan umum serta lambing-lambang sosial. Gaya hidup hedonis akan terlihat pada pola kehidupan dan perilaku mewah seseorang untuk menunjukkan kelas sosial, ekonominya dan mencari kesenangan agar dapat diterima di lingkungannya.⁷ Hedonisme merupakan bagian dari budaya liberal yang telah masuk ke Indonesia, hal tersebut terlihat pada masyarakat Indonesia yang saat ini memiliki gaya hidup glamour yang berlebihan, boros, selalu mengikuti hal yang kekinian, bahkan pergaulan bebas yang berorientasi pada kesenangan semata. Bentuk-bentuk perilaku hedonisme yang ditunjukkan remaja seperti berbelanja (*shopping*) barang-barang *branded* dengan mengeluarkan biaya yang tidak sedikit demi untuk memenuhi keinginannya.⁸

Berdasarkan permasalahan di atas, gaya hidup hedonis remaja akibat media sosial perlu diatasi dengan intervensi yang tepat. Salah satu layanan Bimbingan dan Konseling Islam yang relevan adalah konseling

⁶ Indah Surya and Rezi Erdiansyah, 'Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Hedonis Mahasiswa Universitas Tarumanagara', *dalam jurnal Prologia*, 5.1 (2021), hlm. 8, <https://doi.org/10.24912/pr.v5i1.8074>.

⁷ Teguh Lesmana and Rudi Santoso, "Karakteristik Kepribadian, Harga Diri dan Gaya Hidup Hedonisme Pada Mahasiswa Konsumen Starbucks," *dalam Jurnal Ilmu Perilaku*, 3 (1), (2019), hlm. 60-61, <http://jip.fk.unand.ac.id>.

⁸ Shafa Nurfathria and others, "Hubungan Konsep Diri Dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Dengan Gaya Hidup Hedonis Mahasiswa", *dalam jurnal Universitas Muhammadiyah Surakarta* 2023, hlm. 1–17, <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/108289>.

kelompok. Allah SWT berfirman dalam QS. Ali Imran ayat 104: "Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar". Ayat ini menegaskan pentingnya kegiatan kelompok yang saling mengingatkan dalam kebaikan. Hal ini sejalan dengan prinsip konseling kelompok yang menekankan adanya interaksi, saling mendukung, dan memberi masukan antar anggota kelompok untuk perubahan perilaku yang lebih baik. Konseling kelompok sebagai proses layanan konseling bersama yang dilakukan dalam suasana kelompok, dan didalam hal tersebut terdapat konselor, konseli dengan jumlah kurang lebih dua orang.⁹

Maka dari itu sangatlah penting adanya pengurangan hedonisme di kalangan remaja maupun millennial sekarang, dimana masa mereka ialah masa belajar yang sedang disiapkan dalam pengembangan untuk pencarian jati diri mereka dengan benar. Hedonisme memanglah harus diketahui dan dihindari di kalangan remaja yang bisa berdampak buruk bagi mereka. Dengan adanya media sosial bisa saja membuat mereka terjerumus ke dalam gaya hidup hedonis hanya untuk pencitraan diri di media sosial dan hanya untuk kesenangan sesaat.¹⁰

⁹ Aulia sabrina Ayu nevanda et all., "Pengaruh Penggunaan Pendekatan Rebt Dalam Konseling Kelompok Terhadap Hedonisme Siswa Kelas Xi Mia 1 Putri Sma Muhammadiyah 10 Surabaya", *dalam Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pandohop*, 3.1 (2023), hlm. 14–25, DOI: 10.37304/pandohop.v3i1.5695.

¹⁰ Veno Dwi Krisnanda et all., "Instagram and Social Media's Influence on Indonesian Vocational School Adolescents' Hedonistic Lifestyle", *Journal of Formosa Sustainable Research (FJSR)*, 2 (6), (2023), hlm. 150, <https://doi.org/10.55927/fjsr.v2i6.4429>.

Konseling kelompok merupakan bagian untuk memberikan pertolongan kepada individu (remaja) dengan perantara kegiatan kelompok yang memperbincangkan masalah pribadi yang dirasakan oleh masing-masing anggota kelompok. Pemberian konseling dengan teknik ini, remaja diberikan kesempatan untuk memantau dan mengatur perilakunya sendiri. Melalui strategi dan tahapan konseling kelompok, remaja (konseli) sendiri yang dapat mengubah perilakunya menjadi lebih baik. Tujuannya untuk meningkatkan kontrol diri. Peran konselor dalam memberikan layanan dan pemahaman kepada remaja sangatlah penting, agar terhindar dari gaya hidup hedonis akibat media sosial yang akan merugikan dirinya sendiri. Konselor bisa memberikan layanan kepada remaja yang menganut gaya hidup hedonis menggunakan konseling kelompok.¹¹

Dalam penelitian ini peneliti mengkhususkan pada remaja, karena remaja adalah generasi yang dominan memiliki gaya hidup hedonis dan lebih menggunakan media sosial sebagai acuan hidup mereka. Dengan semakin berkembangnya media sosial ini akan semakin banyak hal-hal baru yang muncul di media sosial. Akan memancing para remaja untuk mencobanya. sehingga mengakibatkan remaja bergantung pada validasi orang lain, menghabiskan uang secara berlebihan, mengabaikan tanggung jawab. Bukan hanya itu saja, remaja yang hedonis berpengaruh negatif

¹¹ Zainal Fauzi and Sri Ayatina Hayati, 'Konseling Kelompok Teknik Self Management Dan Teknik Realita Untuk Mereduksi Gaya Hidup Hedonis', *dalam Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan*, 7.2 (1970), hlm. 147–54, <https://doi.org/10.19109/ghaidan.v7i2.19316>.

pada kesehatan mental seperti meningkatnya stres, dan kecemasan apabila kemauannya tidak terpenuhi.¹²

Berdasarkan observasi awal peneliti di Desa Roburan pada 12 Januari 2026, banyak ditemukan remaja usia 15-17 tahun yang mengalami gaya hidup hedonis akibat pengaruh media sosial seperti glamor, boros, dan orientasi *brand* yang tampak dari 4 ciri utama. Pertama, remaja mementingkan penampilan dengan membeli baju yang trend dan mahal beberapa kali. Kedua, remaja mudah terpengaruh tren karena adanya pengaruh *influencer* yang mempromosikan gaya hidup mewah seperti "*haul Shopee*" dan "*OOTD aesthetic*" sehingga remaja di Desa Roburan ingin mengikutinya. Ketiga, remaja mengutamakan keinginan daripada kebutuhan dengan membeli barang seperti tas mini Rp75.000 atau gantungan HP lucu padahal uang saku tinggal sedikit dengan alasan "yang penting lucu dan lagi viral". Keempat, remaja suka menarik perhatian di media sosial dengan memposting vido dan foto haul seperti sering nongkrong di café dan memposting barang mewah yang dimiliki untuk mencari perhatian seperti like dan views.¹³

Adapun pernyataan dari remaja menjelaskan bahwa media sosial sangat berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari. Ia sering melihat *influencer* yang memiliki barang-barang mewah dan merasa ingin memiliki barang yang sama. "media sosial itu hal yang gak bisa lepas pada

¹² Rahmi Putri Rangkuti et al., Kecanduan Sosial Media dan Kesehatan Mental pada Remaja, dalam *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 16 (2), (2024), <https://doi.org/10.31289/analitika.v16i2.11705>.

¹³ Observasi, Desa Roburan, Minggu 12 November 2025, pukul 09.15.

diriku, saya lihat banyak orang-orang memposting foto dengan barang-barang mewah, saya jadi ingin memiliki juga”.¹⁴

Pernyataan di atas didukung oleh ibu remaja tersebut yang menyatakan bahwa gaya hidup hedonis pada remaja akibat media sosial sangat berbahaya dan dapat mempengaruhi motivasi belajar mereka. “anak-anak sekarang terlalu fokus pada diri sendiri dan kebutuhan sendiri sampai lupa nilai-nilai mereka sebagai seorang pelajar, saya sering bicara dengan anak saya supaya fokus pada sekolah gak usah bergaya”.¹⁵

Berdasarkan fenomena di atas menjadi inspirasi peneliti untuk menerapkan konseling kelompok dalam mengatasi remaja yang mengalami gaya hidup hedonis akibat media sosial pada saat ini. Ada beberapa alasan sederhana, yaitu peneliti ingin melihat bagaimana fenomena gaya hidup hedonis remaja akibat media sosial dan juga ingin menerapkan konseling kelompok ini bagi remaja yang hedonis, maka penulis tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan mengangkat judul:

“Penerapan Konseling Kelompok Dalam Mengatasi Gaya Hidup Hedonis Remaja Akibat Media Sosial Di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.”

¹⁴ Inisial S (Remaja), Wawancara Desa Roburan, 8 November 2025, pukul 10.30.

¹⁵ Inisial P (Selaku orang tua remaja), Wawancara, Desa Roburan, 9 November 2025, Pukul 16.30.

B. Fokus Masalah

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pembatasan masalah sebagai berikut agar objek penelitian lebih terfokus, terarah, dan tidak melebar:

1. Subjek penelitian dibatasi pada remaja usia 15-17 tahun di Desa Roburan Kecamatan Sosa yang hedonis seperti gaya hidup yang glamor, boros disebabkan media sosial seperti Tiktok dan Instagram.
2. Penelitian dilaksanakan di Desa Roburan, Kecamatan Sosa, Kabupaten Padang Lawas.
3. Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari sampai Maret 2026 dengan jumlah 8 kali pertemuan konseling kelompok.
4. Variabel yang diteliti dibatasi pada penerapan konseling kelompok dengan teknik pendekatan CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*) untuk mengatasi gaya hidup hedonis yang ditandai dengan glamor, boros, orientasi *brand* akibat pengaruh media sosial.

C. Batasan Istilah

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam mengartikan istilah-istilah yang ada dalam penelitian ini, maka peneliti memberikan batasan istilah sebagai berikut:

1. Penerapan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), penerapan merupakan proses, cara, atau perbuatan menerapkan sesuatu. Secara lebih luas. Dalam konteks penelitian, penerapan berarti

mengimplementasikan hasil kajian atau teori ke dalam tindakan praktis guna melihat efektivitas dan manfaatnya di lapangan.¹⁶ Penerapan yang dimaksud di sini ialah penerapan konseling kelompok dalam mengatasi gaya hidup hedonis remaja akibat media sosial.

2. Konseling Kelompok

Konseling kelompok diartikan sebagai sebuah layanan bimbingan dan konseling, yang melibatkan konselor dalam sebuah hubungan dari beberapa konseli di waktu yang bersamaan, dan terjadi interaksi dengan anggota serta membuat sebuah hubungan.¹⁷ Konseling kelompok yang dimaksud pada batasan ini ialah penggunaan konseling kelompok dalam mengatasi gaya hidup hedonis remaja akibat media sosial dengan menggunakan pendekatan CBT.

3. Gaya Hidup Hedonis

Gaya hidup hedonis adalah suatu pola hidup yang aktivitasnya untuk mencari kesenangan hidup, glamour, boros, senang membeli barang mahal yang disenanginya, serta selalu ingin menjadi pusat perhatian.¹⁸ Gaya hidup hedonis yang dimaksud pada batasan ini ialah gaya hidup hedonis remaja akibat media sosial.

¹⁶ Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, “Penerapan,” *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*, 4 Desember 2025, <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/penerapan>.

¹⁷ Ali Masrohan, ‘Penerapan Konseling Kelompok Realitas Teknik WDEP Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Rojogampi Banyuwangi’, dalam *Unesa Jurnal Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4 (3), 2014, hlm. 1–10, <https://media.neliti.com/media/publications>.

¹⁸ Vivalty J. Boediman et al., “Gaya Hidup Hedonis Di Kalangan Mahasiswa Kost (Studi Kasus Pada Mahasiswa Fisip Unsrat),” dalam *Jurnal Ilmiah Society*, 3 (1), (2023), <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jurnalilmiahsociety/article/view/47096>.

4. Remaja

Remaja merupakan kelompok potensial yang perlu mendapat perhatian serius karena remaja dianggap sebagai kelompok yang mempunyai risiko secara seksual maupun kesehatan reproduksi dimana mereka memiliki rasa keingintahuan yang besar dan ingin mencoba sesuatu yang baru.¹⁹ Namun yang dibatasi oleh peneliti dalam penelitian ini adalah remaja yang berusia 15-17 tahun.

5. Media Sosial

Menurut Nasrullah media sosial adalah medium berbasis internet yang memungkinkan penggunanya untuk berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan konten, baik berupa tulisan, foto, video, maupun suara, dalam ruang virtual.²⁰ Media sosial dalam batasan ini ialah penggunaan media sosial yang mengakibatkan remaja berperilaku hedonis.

6. Desa Roburan

Desa Roburan merupakan salah satu desa yang ada di Kecamatan Sosa, di samping desa Roburan ini ada beberapa desa seperti desa Tanjung dan desa Ramba. Namun yang menjadi lokasi tempat penelitian peneliti yaitu desa Roburan.

¹⁹ Dewi R Bancin, Friska Sitorus, and Surya Anita, "Edukasi Pendidikan Kesehatan Reproduksi (Kespro) Remaja Pada Kader Posyandu Remaja Lembaga Pembinaan Khusus Kelas I Medan," dalam *Jurnal Abdimas Mutiara*, 3.1 (2022), hlm. 103–10, <https://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/>

²⁰ Abdul Qadir, 'Media Sosial (Definisi, Sejarah Dan Jenis-Jenisnya)', dalam *Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 3.6 (2024), hlm. 1–23, <https://publisherqu.com/index.php/Al-Furqan>.

D. Rumusan Masalah

1. Bagaimana kondisi gaya hidup hedonis yang ditunjukkan oleh remaja akibat penggunaan media sosial di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas?
2. Bagaimana perubahan perilaku remaja setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok terkait gaya hidup hedonis akibat media sosial di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kondisi gaya hidup hedonis yang ditunjukkan oleh remaja akibat penggunaan media sosial di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.
2. Untuk mengetahui perubahan perilaku remaja setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok terkait gaya hidup hedonis akibat media sosial di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan informasi bahwa penerapan konseling kelompok dalam mengatasi gaya hidup hedonis pada remaja apalagi akibat media sosial pada saat ini dan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis sebagai berikut:

1. Secara teoritis

Dengan mengembangkan teori konseling kelompok, penelitian ini dapat membantu meningkatkan pemahaman tentang gaya hidup

hedonis remaja akibat media sosial dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Selain itu, penelitian ini juga dapat membantu mengidentifikasi strategi konseling kelompok yang efektif dalam mengatasi gaya hidup hedonis remaja akibat media sosial. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan kontribusi teoritis yang signifikan dalam bidang konseling kelompok dan pengelolaan media sosial remaja, serta membantu meningkatkan kesadaran tentang dampak media sosial terhadap gaya hidup remaja dan pentingnya pengelolaan media sosial yang seimbang.

2. Secara praktis

- a. Bagi remaja: membantu meningkatkan kesadaran diri serta mengurangi kecenderungan gaya hidup hedonis akibat media sosial.
- b. Bagi konselor (peneliti): memberikan model intervensi konseling kelompok yang aplikatif dalam membantu remaja mengatasi masalah perilaku hedonis.
- c. Bagi orang tua dan masyarakat: memberikan wawasan tentang pentingnya pendampingan remaja agar tidak terjerumus pada perilaku hedonis.
- d. Secara akademis: merupakan salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana Bimbingan Konseling Islam (*S.Sos*) dalam Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan.

G. Sistematika Pembahasan

Untuk memudahkan pembahasan dan pemahaman proposal ini maka peneliti membuat sistematika pembahasan sebagai berikut:

1. Bab I membahas tentang pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, batasan masalah atau fokus masalah, batasan istilah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat atau kegunaan penelitian, dan sistematika pembahasan.
2. Bab II membahas tentang landasan teori yang berguna memperdalam materi sehingga ditemukan kajian-kajian tentang penerapan konseling kelompok dalam mengatasi gaya hidup hedonis remaja akibat media sosial.
3. Bab III adalah metodologi penelitian yaitu terdiri dari lokasi dan waktu penelitian, jenis dan metode penelitian, subjek penelitian, sumber data, teknik keabsahan data, dan teknik analisis data.
4. BAB IV adalah hasil penelitian. yang mengkaji tentang temuan umum dan khusus dari hasil penelitian.
5. BAB V adalah penutupan yang berisi kesimpulan dan saran-saran.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Penerapan

Menurut KBBI, pengertian penerapan adalah perbuatan menerapkan. Penerapan merupakan suatu proses untuk memastikan akan terlaksananya suatu sistem kebijakan dan tercapainya kebijakan tersebut. Kemudian penerapan juga dimaksudkan menyediakan sarana untuk membuat sesuatu dan memberikan hasil yang bersifat praktis terhadap sesama. Suatu kebijakan yang diberlakukan akan terlihat bermanfaat jika telah dilakukan penerapan terhadap kebijakan tersebut. Penerapan juga merupakan tahapan penting yang didalamnya mencakup keseluruhan proses perencanaan peraturan atau kebijakan¹.

2. Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling secara etimologi berasal dari bahasa latin, yaitu "*consilium*" yang berarti dengan atau bersama, sedangkan menurut bahasa *Anglo Saxon*, istilah konseling berasal dari "*sellan*" yang berarti menyerahkan atau menyampaikan. Konseling merupakan kegiatan dalam rangka memberikan pelayanan kepada konseli yang membutuhkan bantuan. Pelayanan yang dimaksud adalah suatu usaha profesional untuk

¹ Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2000), hlm. 1180.

membantu (*helping*). Sedangkan menurut Rochman Natawidjaja mengemukakan bahwa konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perubahan dan pertumbuhannya.²

Penerapan konseling kelompok adalah proses pelaksanaan layanan konseling yang melibatkan interaksi dinamis antara beberapa individu yang dilakukan dalam suatu kelompok kecil, biasanya terdiri dari 6–12 orang, dengan tujuan membantu anggota kelompok mengembangkan diri, memahami masalah, serta menemukan solusi bersama melalui dinamika kelompok.³

b. Tujuan Konseling Kelompok

Melalui konseling kelompok hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi konseli diungkap dan didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi konseli berkembang secara optimal.⁴ Secara mendasar ada beberapa tujuan dari pelaksanaan konseling kelompok yaitu:

² namora Lumongga, Hasnida, *Konseling Kelompok*, (Jakarta: Kencana, 2016), hlm. 19.

³ Febriady Huta Urak and Satya Anggi Permana, *Bimbingan Konseling Kelompok: Sebuah Buku Ajar Berbasis TPACK*, (Jawa Tengah: Paradina Pustaka, 2025), hlm. 5.

⁴ Rudy Hadi Kusuma, *Konseling Kelompok Berbasis Nilai-Nilai Pesantren: Layanan Untuk Meningkatkan Pengaturan Diri Santri*, (Yogyakarta: Bening Media Publishing, 2020), hlm. 12.

- a) Mengentaskan permasalahan yang di alami anggota kelompok
 - b) Melatih keberanian mengemukakan pendapat
 - c) Melatih mencari solusi dari permasalahan yang dibahas
 - d) Belajar dari pengalaman orang lain
 - e) Menumbuhkan rasa empati terhadap orang lain
- c. Teknik-Teknik Konseling Kelompok Mengatasi Gaya Hidup Hedonis
- 1) Teknik *self management*, yaitu proses pengubahan perilaku konseli menggunakan *self monitoring*, *stimulus control*, dan *self reward* tanpa adanya paksaan dari orang lain, di mana remaja diberikan kesempatan untuk memantau dan mengatur perilakunya sendiri.
 - 2) Teknik Modeling dan *Role Playing*, yaitu anggota kelompok memerankan situasi tertentu (misalnya ajakan berfoya-foya atau menolak gaya hidup berlebihan). Untuk mengembangkan kemampuan pengambilan keputusan dan ketegasan (*assertiveness*).
 - 3) Teknik *self assessment*, yaitu Teknik di mana anggota kelompok menilai dan merefleksikan diri mereka sendiri selama proses konseling. Tujuannya adalah meningkatkan kesadaran diri, memahami perasaan, pikiran, dan perilaku, serta melihat perkembangan pribadi.

- 4) Teknik *Sharing* dan *Self-Disclosure*, yaitu peserta didorong untuk berbagi pengalaman pribadi tentang tekanan sosial, perbandingan gaya hidup, atau pengaruh media sosial. Untuk meningkatkan empati antaranggota dan menumbuhkan kesadaran bahwa masalah tersebut dialami banyak orang.
- 5) Teknik *delay of gratification*, yaitu teknik yang membantu anggota kelompok belajar mengontrol diri dan tidak selalu mengikuti keinginan sesaat, sehingga mereka bisa membuat pilihan yang lebih sehat dan menguntungkan di masa depan.
- 6) Teknik *Behavioral Planning*, yaitu sesuatu yang penting dalam konseling kelompok karena membantu anggota tidak hanya memahami masalah, tetapi juga bertindak nyata untuk mencapai perubahan yang diinginkan.
- 7) Teknik *Cognitive Restructuring*, yaitu salah satu teknik dalam konseling kelompok yang membantu anggota mengubah pola pikir yang tidak sehat, sehingga emosi dan perilaku mereka juga menjadi lebih positif dan adaptif.⁵

d. Konseling Kelompok Dalam Perspektif Islam

Konseling kelompok Islami adalah proses bimbingan dan konseling yang dilakukan dalam kelompok kecil dengan menggunakan pendekatan, nilai, dan prinsip ajaran Islam. Tujuan

⁵ Zainal Fauji and Sri Ayatina Hayati, Konseling Kelompok Teknik Self Manajement dan Teknik Realita Untuk Mereduksi Gaya Hidup Hedonis, *dalam Jurnal Bimbingan Konseling & Kemasyarakatan*, 7.2, (2023), hlm. 151-152, <https://doi.org/10.19109/ghaidan.v7i2>.

konseling ini adalah membantu anggota kelompok mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.⁶

Menurut Thohari Musnamar konseling Islam adalah proses membantu individu dengan ekstensinya sebagai makhluk Allah yang sebaiknya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga individu mendapatkan kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Berdasarkan pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok berbasis islam ialah interaksi seorang konselor dengan konseli dimana konseli lebih dari satu dalam proses konseling tersebut.⁷

Dalam Al-Qur'an dijelaskan bahwa manusia diperintahkan untuk saling tolong-menolong dalam kehidupan. Hal ini sebagaimana ditegaskan dalam QS. Al-Mā'idah (5): 2 yang berbunyi:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ
وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

Artinya: *Tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah sangat berat siksaan-Nya.*⁸

⁶ Sri Narti, *Kumpulan Contoh laporan Hasil Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling*, (Yogyakarta: Cv Budi Utama, 2019), hlm. 512.

⁷ Muhammad Putra Dinata Saragi and others, 'Penerapan Konseling Kelompok Dalam Perspektif Islam Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja', dalam *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 11.1 (2022), hlm. 57–68, <https://doi.org/10.20414/altazkia.v11i1.5180>.

⁸ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Qur'an Kemenag RI*, QS. Al-Mā'idah [5]: 2, diakses 12 Mei 2026, <https://quran.kemenag.go.id/>

Ayat ini memerintahkan manusia untuk saling tolong-menolong dalam kebaikan dan ketakwaan, yaitu perbuatan yang sesuai dengan ajaran Allah dan membawa manfaat. Sebaliknya, manusia dilarang bekerja sama dalam perbuatan dosa dan permusuhan. Ayat ini juga mengingatkan agar selalu bertakwa kepada Allah karena Allah memberikan balasan yang berat bagi pelanggar aturan-Nya.

Dalam Al-Qur'an juga dijelaskan bahwa manusia dilarang bersikap sombong dan berlebihan dalam membanggakan apa yang dimilikinya. Hal ini sebagaimana ditegaskan dalam QS. Al-Hadid (57): 23 yang berbunyi:

لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ

Artinya: *(Yang demikian itu kami tetapkan) agar kamu tidak bersedih terhadap apa yang luput dari kamu dan tidak pula terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membanggakan diri.*⁹

Ayat ini menjelaskan bahwa Allah mengajarkan keseimbangan sikap dalam menghadapi kehidupan. manusia juga dilarang terlalu bergembira hingga sombong atas nikmat yang diperoleh, sebab semua itu hanyalah pemberian dari Allah.

⁹ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Qur'an Kemenag RI*, QS. Al-Hadid [57]: 23, diakses 12 Mei 2026, <https://quran.kemenag.go.id/>

Dalam Al-Qur'an dijelaskan juga bahwa manusia dilarang menghambur-hamburkan harta secara berlebihan dan tidak bermanfaat. Hal ini sebagaimana ditegaskan dalam QS. Al-Isrā' (17): 26 yang berbunyi:

وَاتِ ذَا الْقُرْبَىٰ حَقَّهُ وَالْمِسْكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَلَا تُبَذِّرْ
تَبْذِيرًا

Artinya: *Berikanlah kepada kerabat dekat haknya, (juga kepada) orang miskin, dan orang yang dalam perjalanan. Janganlah kamu menghambur-hamburkan (hartamu) secara boros.*¹⁰

Ayat ini menjelaskan bahwa harta digunakan secara benar dan bertanggung jawab. Allah memerintahkan manusia untuk menunaikan hak kerabat dekat, membantu orang miskin, serta menolong orang yang sedang dalam perjalanan dan membutuhkan bantuan. Pada saat yang sama, Allah melarang sikap boros atau menghambur-hamburkan harta untuk hal-hal yang tidak bermanfaat.

3. Gaya Hidup Hedonis

a. Pengertian Gaya Hidup Hedonis

Kata hedonis berasal dari bahasa Yunani kuno, yaitu *hēdonē* yang berarti kesenangan atau kenikmatan. Dari kata dasar itulah muncul istilah hedonisme, yaitu pandangan hidup yang menganggap bahwa kesenangan dan kenikmatan pribadi adalah

¹⁰ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Qur'an Kemenag RI*, QS. Al-Isrā' [17]: 26, diakses 12 Mei 2026, <https://quran.kemenag.go.id/>

tujuan utama hidup manusia yang rasional artinya menikmati hidup tanpa menimbulkan penderitaan bagi diri sendiri atau orang lain. Selain itu, gaya hidup hedonisme individu menganggap kesenangan dan kenikmatan hidup sebagai tujuan utama dalam hidup seseorang.¹¹ Menurut Engel, Blackwell & Miniard Gaya hidup adalah pola hidup yang tercermin dari aktivitas, minat, dan opini seseorang dalam menggunakan waktu, uang, dan energi.¹²

b. Ciri-Ciri Gaya Hidup Hedonis

Adapun ciri-ciri individu dengan gaya hidup hedonis yaitu:

1. Suka menarik perhatian, yaitu individu hedonis senang menjadi pusat perhatian, baik melalui penampilan, gaya berpakaian, atau aktivitas yang membuat orang lain mengaguminya. Mereka sering menggunakan media sosial untuk menunjukkan gaya hidupnya.
2. Cenderung impulsif, yaitu individu sering bertindak berdasarkan dorongan sesaat tanpa pertimbangan matang, terutama dalam hal pembelian barang, hiburan, atau kegiatan yang menyenangkan.
3. Cenderung menjadi pengikut (*following*), yaitu orang dengan gaya hidup hedonis mudah terpengaruh oleh tren baru dan ingin selalu mengikuti perkembangan mode, gaya, atau

¹¹ Kunto, Remaja Tentang Hedonisme, (Yogyakarta: Kanisius, 1999), hlm. 60.

¹² Engel, James F., Roger D. Blackwell, dan Paul W. Miniard, *Consumer Behavior*, 10th ed. (New York: Dryden Press, 2006).

perilaku populer, meskipun tidak sesuai dengan kebutuhan pribadi.

4. Kurang dari wajar, yaitu sikap dan tindakannya sering melebihi batas kewajaran, seperti menghabiskan uang di luar kemampuan atau menilai kebahagiaan dari ukuran materi dan kesenangan semata.
5. Mudah dipengaruhi, yaitu karena kurang memiliki prinsip hidup yang kuat, individu hedonis cepat terpengaruh oleh teman sebaya, iklan, atau figur publik, terutama yang dianggap keren atau sukses.¹³

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Gaya Hidup Hedonis

Amstrong menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup seseorang diyakini terdapat dua faktor yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu (internal kehidupan pribadi) dan faktor yang berasal dari luar (eksternal interaksi sosial).

1. Faktor internal

- a. Sikap: berarti suatu keadaan jiwa dan keadaan pikir yang dipersiapkan untuk memberikan tanggapan terhadap suatu objek.
- b. Pengalaman dan pengamatan: pengalaman dapat mempengaruhi pengamatan sosial dalam tingkah laku.

¹³ Afil Fres Seftiana and others, 'Analisis Gaya Hidup Hedonisme Di Era Globalisasi Mahasiswa Uin Raden Fatah Palembang', *dalam Jurnal Multidisipliner Kapalamada*, 2.4, (2023), hlm. 226–34, <https://doi.org/10.62668/kapalamada.v2i04.839>.

- c. Harga diri yang tinggi: terbentuk ketika merasa senang dengan penampilan, kepandaian dan lainnya yang dianggap penting bagi harga diri.
- d. Konsep diri: sudah menjadi pendekatan yang dikenal amat luas untuk menggambarkan hubungan antara konsep diri konsumen dengan image merek.¹⁴

2. Faktor eksternal

- a. Kelompok referensi: kelompok yang memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap perilaku seseorang.
- b. Kelas sosial: sebuah kelompok yang relatif homogen dan bertahan lama dalam sebuah masyarakat, yang tersusun dalam sebuah urutan jenjang, dan para anggota dalam setiap jenjang itu memiliki nilai, minat, dan tingkah laku yang sama.
- c. Identitas sosial: saat berinteraksi dengan orang lain, seseorang cenderung mengategorikan dirinya ke dalam kelompok-kelompok tertentu karena merasa kelompok tersebut memberikan citra positif bagi dirinya.¹⁵
- d. Media sosial: remaja yang aktif menggunakan media sosial akan sering melihat bagaimana orang-orang di

¹⁴ Ricky Yoko Satya Nur Islamy at all., 'Perilaku Hedonis Pada Masa Dewasa Awal', dalam *jurnal Seminar Nasional Psikologi Dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)*, 1.1 (2021), hlm. 179–90, <https://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/1238>.

¹⁵ Mufidatul Munawaroh, 'Hedonisme Remaja Sosialita', dalam *TA'LIM: Jurnal Studi Pendidikan Islam*, 5.2 (2022), hlm. 194–210, <https://doi.org/10.52166/talim.v5i2>.

sekitarnya menampilkan gaya hidup mewah. Paparan ini dapat memengaruhi remaja untuk meniru atau mengikuti gaya hidup tersebut.¹⁶

d. Gaya Hidup Hedonis Menurut Pandangan Islam

Islam melarang umatnya dari hal bermegah-megahan. Al-Qur'an telah memperingatkan umat manusia agar senantiasa waspada terhadap penyakit ini dengan sangat keras dengan ancaman siksaan yang amat pedih, baik ketika berada di alam *barzakh* maupun di alam akhirat kelak. Menurut sebagian pendapat ulama bahwa tidak ada keraguan lagi bahwa di alam *barzakh* manusia dihidupkan lagi sebagaimana mereka hidup di dunia untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan munkar, nakir, dan menjalani apa-apa yang telah dipersiapkan Allah baik berupa kemuliaan maupun siksa akibat perbuatan yang telah dilakukan selama hidup di dunia.¹⁷ Sebagaimana Allah SWT telah berfirman pada (QS Hud (11): 116) yaitu:

فَلَوْلَا كَانَ مِنَ الْقُرُونِ مِنْ قَبْلِكُمْ أُولُوا بَقِيَّةَ يَنْهَوْنَ عَنِ
الْفَسَادِ فِي الْأَرْضِ إِلَّا قَلِيلًا مِمَّنْ أَنْجَيْنَا مِنْهُمْ وَاتَّبَعَ
الَّذِينَ ظَلَمُوا مَا أَتَرَفُوا فِيهِ وَكَانُوا مُجْرِمِينَ ١١٦

Artinya: Maka, mengapa tidak ada di antara generasi sebelum kamu sekelompok orang yang mempunyai keutamaan yang melarang (berbuat) kerusakan di bumi, kecuali sebagian kecil, yaitu

¹⁶ Abizar Al-Ghifari and Syahrul Abidin, 'Persepsi Mahasiswa Ilmu Komunikasi Uinsu Terhadap Pengaruh Media Sosial Sebagai Pendorong Gaya Hidup Hedonisme Egoistis', dalam *Kabilah: Journal of Social Community*, 7.2 (2022), hlm. 580–88, <https://doi.org/10.35127/kabillah.v7i2.198>.

¹⁷ Ramadhan Razali, "Perilaku Konsumen: Hedonisme Dalam Perspektif Islam", dalam *Jurnal JESKAP*, 2020, hlm. 115–24, <https://media.neliti.com/media/publications/326632>.

*orang yang telah Kami selamatkan di antara mereka? Orang-orang yang zalim hanya mementingkan kenikmatan dan kemewahan dan mereka adalah orang-orang yang berdosa.*¹⁸

Menurut penjelasan para ulama, khususnya Ibn Kathir dan Al-Qurthubi, QS. Hud (11): 116 menegaskan pentingnya keberadaan sekelompok orang beriman yang berperan aktif dalam mencegah kerusakan dan menegakkan amar ma'ruf nahi munkar. Dalam tafsir Ibn Kathir, ayat ini merupakan teguran terhadap umat-umat terdahulu yang dibinasakan karena mereka tidak memiliki cukup orang saleh yang berani menentang kemungkaran, kecuali segelintir yang kemudian Allah selamatkan.

Sementara itu, Al-Qurthubi menafsirkan istilah "*ulu baqiyyah*" sebagai orang-orang yang masih memiliki sisa kebaikan, akal sehat, dan ilmu, namun jumlahnya sangat sedikit. Sebagian besar umat justru terjebak dalam kemewahan dan kesenangan dunia, hingga lalai dari kewajiban moral dan akhirnya binasa. Ayat ini menjadi peringatan bagi umat Islam agar selalu ada kelompok yang berani memperbaiki keadaan masyarakat dan tidak larut dalam kenikmatan duniawi yang menyesatkan.

Dalam islam, segala bentuk kegiatan yang dilakukan oleh manusia diatur dan dilakukan dengan manfaat atas dasar kesejahteraan dan bukan yang bersifat berlebihan. Bekerja dengan

¹⁸ Kementerian Agama Republik Indonesia, *Qur'an Kemenag RI*, QS. Hūd [11]: 116, diakses 12 Mei 2026, <https://quran.kemenag.go.id/>

pekerjaan yang baik, makan dan minum dengan yang halal dan berperilaku dengan tidak berlebih-lebihan.¹⁹

4. Remaja

a. Pengertian Remaja

Remaja atau *adolescence* berasal dari bahasa latin “*adolescere*” yang dapat diartikan sebagai tumbuh ke arah kematangan, pengertian ini memiliki arti yang sangat luas, mencakup aspek kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Selaras dengan pengertian tersebut. Masa ini merupakan periode transisi dari masa dewasa yang ditandai dengan proses perkembangan biologis, mental, emosional dan sosia. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), masa remaja berlangsung pada usia 10 sampai 19 tahun, yang merupakan dekade kedua dalam masa kehidupan manusia.²⁰

b. Ciri-Ciri Remaja

Kehidupan masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelumnya dan sesudahnya.

Adapun ciri-cirinya yaitu:

- 1) Remaja mulai menyampaikan kebebasannya dan haknya untuk mengemukakan pendapatnya sendiri.

¹⁹ Akmil Rahmi et all., ‘Ikhtisar Jurnal Pengetahuan Islam’, dalam *Jurnal Pengetahuan Islam*, 1.1 (2021), hlm. 25–38, <https://ojs.iaisumbar.ac.id/index.php/ikhtisar/issue/view/>.

²⁰ Batubara, Adolescent development (Perkembangan remaja), dalam *Jurnal Sari Pediatri*, 12.1, (2010), hlm. 21–29, <https://doi.org/10.14238/sp12.1>.

- 2) Remaja lebih mudah dipengaruhi oleh teman-temannya daripada ketika mereka masih kanak-kanak.
- 3) Remaja sering menjadi terlalu percaya diri (*over confidence*) dan ini bersama-sama dengan emosinya yang biasanya meningkat, mengakibatkan sulit menerima nasihat dan pengajaran orangtua.²¹

c. Tugas Perkembangan Remaja

Masa remaja merupakan periode peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, sosial, dan intelektual. Pada tahap ini, remaja mulai belajar memahami dirinya, menjalin hubungan sosial yang lebih luas, serta mempersiapkan diri untuk kehidupan dewasa. Keberhasilan remaja dalam menyelesaikan tugas perkembangannya akan membantu mereka menjalani kehidupan secara lebih matang dan bertanggung jawab. Sebaliknya, kegagalan dalam mencapai tugas perkembangan dapat menimbulkan berbagai kesulitan dalam penyesuaian diri.

Adapun tugas perkembangan remaja meliputi menerima keadaan fisik, mencapai hubungan yang matang dengan teman sebaya, mencapai kemandirian emosional, mempersiapkan karier dan kehidupan berkeluarga, mengembangkan perilaku

²¹ Zarkasih khamim Saputro, 'Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama (Memahami Ciri Dan Tugas Perkembangan Masa Remaja)', *Jurnal Aplikasi Ilmu Ilmu Agama*, Volume 17.No 1 (2017), hlm. 25–32, <https://ejournal.uin-suka.ac.id/pusat/aplikasia/article/download/201703/1180>.

sosial yang bertanggung jawab, serta memperoleh nilai dan sistem etika sebagai pedoman hidup.²²

5. Media Sosial

a. Pengertian Media Sosial

Media sosial adalah platform digital yang memungkinkan penggunanya untuk berinteraksi dengan berbagai bentuk konten seperti teks, gambar, video, dan audio secara online. Tujuan utamanya adalah untuk memfasilitasi komunikasi, kolaborasi, dan pertukaran informasi antarindividu atau kelompok di seluruh dunia.²³

Menurut Indriyanto Banyumurti media sosial adalah suatu aplikasi berbasis internet yang memungkinkan setiap penggunanya dapat berinteraksi satu sama lain dengan menciptakan suatu konten informasi dan membagikannya serta juga menerima informasi dari pengguna lainnya.²⁴

b. Jenis-Jenis Media Sosial

1. Media sosial jejaring (*Social Networking Sites*): media ini berfungsi untuk membangun hubungan dan jaringan pertemanan antara pengguna. Contoh: *Facebook, Instagram, Threads, LinkedIn, X (Twitter)*.

²² Robert J. Havighurst, *Developmental Tasks and Education* (New York: Longmans, Green and Co., 1952), hlm. 43–75.

²³ Hilda Rachmawati, *Komunikasi Merek di Media Sosial & Penerapannya pada TV Berita*, (Yogyakarta: Deepublish, 2021), hlm. 45.

²⁴ Yahya Afandi, ‘Gereja Dan Pengaruh Teknologi Informasi “Digital Ecclesiology”’, *Fidei: Jurnal Teologi Sistematis Dan Praktika*, 1.2 (2018), hlm. 270–83, <https://media.neliti.com/media/publications/270033>.

2. Media berbagi (*Media Sharing Networks*): digunakan untuk membagikan konten visual seperti foto, video, atau audio. Contoh: *YouTube, TikTok, Instagram Reels, Pinterest, Snapchat*.
3. Media Mikroblogging: berfungsi untuk berbagi informasi singkat atau opini secara cepat dan interaktif. Contoh: (*Twitter*), *Tumblr, Threads*.
4. Media komunikasi (*Messaging Apps*): digunakan untuk berkomunikasi langsung melalui teks, suara, atau video. Contoh: *WhatsApp, Telegram, Messenger, LINE, Discord*.
5. Media sosial komersial (*Social Commerce*): menggabungkan fungsi sosial dengan aktivitas bisnis dan jual beli online. Contoh: *TikTok Shop, Instagram Shopping, Facebook Marketplace, Shopee Live*. Untuk berbagi aktivitas, foto, ide, dan membangun citra diri (*personal branding*).²⁵

c. Manfaat Media Sosial

Beberapa manfaat media sosial, sebagai berikut:

1. *Personal branding is not only figure, it's for everyone*, berbagai media sosial seperti *facebook, twitter, youtube* bedapat menjadi media untuk orang berkomunikasi, berdidkusi, bahkan mendapatkan popularitas di media sosial.

²⁵ Arum Wahyuni Purbohastuti, "EFEKTIVITAS MEDIA SOSIAL SEBAGAI MEDIA PROMOSI," dalam *jurnal Tirtayasa EKONOMIKA*, 12.2, (2017), hlm. 211-212, <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/jte/article/view/4456>.

2. *Fantastic marketing result throught social media. People don't watch TV's anymore, they watch their mobile phones,* fenomena di mana cara hidup masyarakat saat ini cenderung lebih memanfaatkan telepon genggam mereka yang sudah terkenal dengan sebutan “*smartphone*”.
3. Media sosial memberikan kesempatan untuk berinteraksi lebih dekat dengan konsumen. Melalui media sosial para pemasar dapat mengetahui kebiasaan konsumen mereka.
4. Media sosial memiliki sifat viral, berarti memiliki sifat seperti virus yaitu menyebar dengan cepat. Informasi yang muncul dari suatu produk dapat tersebar dengan cepat.²⁶

d. Kelemahan Dan Kerugian Media Sosial

Media sosial memiliki berbagai kelemahan dan kerugian yang dapat memengaruhi perilaku remaja, khususnya dalam munculnya gaya hidup hedonis. Menurut Rulli Nasrullah, salah satu kelemahan media sosial adalah mudahnya remaja terpengaruh oleh tren dan gaya hidup yang ditampilkan pengguna lain. Media sosial juga membuat individu lebih mudah membandingkan kehidupan dirinya dengan orang lain sehingga

²⁶ Pandu Prakasa Ritonga Nurul Aulia Dewi and Alike Hariani, ‘Analisis Manfaat Media Sosial Sebagai Pengembangan Umkm Di Kabupaten Deli Serdang’, *Kabillah (Journal of Social Community)*, 8.14 (2023), hlm. 129–43, <https://ejournal.iainata.ac.id/index.php/kabilah/article/download/293/292/851>.

mendorong keinginan untuk mengikuti gaya hidup yang dianggap modern dan menyenangkan.²⁷

Adapun kerugian dari penggunaan media sosial secara berlebihan pada remaja yaitu munculnya perilaku konsumtif, kecenderungan mencari pengakuan sosial melalui likes dan komentar, serta lebih mengutamakan kesenangan daripada kebutuhan dan tanggung jawab. Remaja juga cenderung mengikuti gaya hidup mewah atau tren tertentu agar diterima dalam lingkungan pergaulan. Kondisi tersebut dapat menyebabkan berkembangnya gaya hidup hedonis pada remaja akibat pengaruh media sosial.²⁸

B. Penelitian Terdahulu

Melalui penelitian terdahulu, maka peneliti mengamati penelitian pembahasan yang hampir sama atau mirip dengan penelitian terdahulu, gunanya untuk menambah wawasan penelitian ini, adapun penelitian terdahulu dalam penelitian ini sebagai berikut:

No	Identitas	Persamaan	perbedaan
1.	Nama: Nina Julianti Pasaribu Lembaga: UIN SYAHADA Padangsidempuan Tahun: 2024	Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang diteliti oleh peneliti adalah membahas sikap ataupun perilaku	Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang diteliti oleh peneliti adalah menggunakan penelitian tindakan lapangan sedangkan

²⁷ Rulli Nasrullah, *Media Sosial: Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sosioteknologi* (Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2015), hlm. 80.

²⁸ Jean M. Twenge, *iGen* (New York: Atria Books, 2017), hlm. 114

		hedonis pada remaja.	penelitian terdahulu menggunakan penelitian kualitatif. Peneliti juga menerapkan konseling kelompok pada remaja sedangkan penelitian terdahulu tidak menerapkan konseling kelompok. ²⁹
2.	Nama: Anita Kurnia Dwi cahya Lembaga: Universitas Muhammadiyah Magelang Tahun: 2018	Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang diteliti oleh peneliti adalah membahas perilaku hedonis/ konsumtif remaja, dan sama-sama menerapkan konseling kelompok pada remaja.	Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang diteliti oleh peneliti adalah peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan penelitian tindakan lapangan sedangkan penelitian terdahulu menggunakan metode kuantitatif. Peneliti berfokus pada subjek remaja sedangkan penelitian terdahulu fokus pada siswa. ³⁰
3.	Nama: Dwi Oktaviani Lembaga: IAIN Metro Tahun: 2019	Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang diteliti oleh peneliti adalah membahas hubungan antara media sosial dan hedonisme pada remaja serta berfokus pada	peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan tindakan lapangan sedangkan penelitian terdahulu menggunakan metode kualitatif tanpa pendekatan tindakan lapangan. Dan peneliti juga menerapkan

²⁹Nina Julianti Pasaribu, *Dampak Perilaku Hedonis Remaja Pada Teman Sebaya Di Kelurahan Ujungpadang Kecamatan Padangsidempuan Selatan*, (program Studi Bimbingan Konseling Islam), Padangsidempuan, fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, 2024. <https://etd.uinsyahada.ac.id/10610/>

³⁰ Anita Kurnia Dwi Cahya, *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Siswa*, (Program Studi Bimbingan Dan Konseling), Magelang, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang, 2018. <https://repository.unimma.ac.id/1789/>

		dampak gaya hidup hedonis akibat media Sosial	konseling kelompok sedangkan penelitian terdahulu tidak. ³¹
4.	Nama: Muh Said Yunus Lembaga: Universitas Muhammadiyah Magelang Tahun: 2017	Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang diteliti oleh peneliti adalah sama-sama membahas perilaku atau gaya hidup hedonis serta menggunakan layanan konseling kelompok sebagai upaya untuk mengurangi perilaku hedonis.	Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang diteliti oleh peneliti adalah penelitian terdahulu menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT) untuk mengurangi perilaku hedonisme pada mahasiswa, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti menerapkan konseling kelompok untuk mengatasi gaya hidup hedonis remaja akibat media sosial di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas. Selain itu, subjek penelitian terdahulu adalah mahasiswa, sedangkan subjek penelitian yang dilakukan peneliti adalah remaja. ³²

³¹Dwi Oktaviani, *Pengaruh Media Sosial Terhadap gaya Hidup Mahasiswa IAIN Metro*, (Program Studi Ekonomi Syariah), Metro, Fakultas Ekonomi dan Bisnis IAIN Metro. <https://repository.metrouniv.ac.id/id/eprint/1212/>

³² Muh Said Yunus, *Pengaruh Konseling Kelompok dengan Pendekatan Rational Emotive Behavioral Therapy untuk Mengurangi Perilaku Hedonisme pada Mahasiswa*, (Magelang: Universitas Muhammadiyah Magelang, 2017), hlm. 6–8. <https://repository.unimma.ac.id/365/>

BAB II

METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas. Adapun alasan peneliti memilih lokasi ini karena di lokasi tersebut banyak remaja yang berperilaku hedonis akibat media sosial. Waktu penelitian ini mulai pada bulan Januari s/d Maret 2026 di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.

B. Jenis Penelitian

Berdasarkan masalah yang diajukan dalam penelitian ini, jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Lapangan (*Field Action Research*). Penelitian ini menekankan kepada kegiatan (tindakan) dengan menguji cobakan suatu ide ke dalam suatu praktik atau situasi nyata. yang diharapkan mampu memperbaiki tingkah laku remaja.¹

C. Subjek Penelitian

Teknik pengambilan subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dan data dengan pertimbangan tertentu, memudahkan kita untuk menjelajahi objek dalam situasi sosial yang

¹ Sukardi, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2003), hlm. 211.

diteliti. Subjek dalam penelitian ini ialah remaja, orang tua, dan teman sebaya. Adapun remaja yang berperilaku hedonis antara usia 15-17 tahun berjumlah 6 orang, orang tua 6 orang, dan teman sebaya 4 orang.

D. Sumber Data

Teknik pengambilan subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dan data dengan pertimbangan tertentu, memudahkan kita untuk menjelajahi objek dalam situasi sosial yang diteliti.² Subjek dalam penelitian ini ialah remaja, orang tua, dan teman sebaya. Adapun remaja yang berperilaku hedonis antara usia 15-17 tahun berjumlah 6 orang, orang tua 6 orang, dan teman sebaya 4 orang.

Dalam penelitian ini sumber data yang dibutuhkan disini ada dua macam sumber, yaitu data primer dan data sekunder yaitu sebagai berikut:

1. Sumber Data Primer yaitu sumber data pokok yang dibutuhkan dalam penelitian. Sumber data pokok artinya orang yang paling mengetahui tentang informasi dari permasalahan penelitian ini. Adapun sumber data primer yang dijadikan peneliti adalah remaja yang berjumlah 6 orang, orang tua remaja 6 orang dan teman

² Sugiono, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 300.

sebaya berjumlah 4 orang yang ada di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.

2. Sumber data sekunder adalah sumber data penelitian yang diperoleh melalui media perantara atau secara tidak langsung seperti tokoh Masyarakat, tokoh agama dan kepala desa di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas. Selain itu data didapat dari sumber bacaan dari berbagai macam sumber lainnya.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi sebagai aktivitas mencatat suatu gejala dengan bantuan instrumen-instrumen dan merekannya dengan tujuan ilmiah atau tujuan lain. Lebih lanjut dikatakan bahwa observasi merupakan kumpulan kesan tentang dunia sekitar berdasarkan semua kemampuan daya tangkap pancaindra manusia.³ Adapun jenis observasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: observasi partisipan.

observasi partisipan yaitu peneliti terlibat langsung dalam kegiatan konseling kelompok yang dilaksanakan untuk membantu remaja mengurangi kecenderungan gaya hidup hedonis akibat media sosial. Melalui observasi partisipan, peneliti mencatat

³ Hasyim Hasanah, "Teknik-Teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-Ilmu Sosial)", Volume 8, No. 1, 2017, hlm. 26.

interaksi antaranggota kelompok, tingkat keaktifan peserta, sikap reflektif terhadap materi konseling, serta perubahan perilaku sosial remaja sebelum dan sesudah tindakan diberikan.

2. Wawancara

Wawancara terdapat dua teknik wawancara yaitu pertama, wawancara terstruktur, wawancara terstruktur digunakan sebagai teknik pengumpulan data, bila peneliti telah mengetahui dengan pasti tentang informasi apa yang diperoleh, oleh karena itu dalam melakukan wawancara, peneliti telah menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan-pertanyaan tertulis yang alternatif. Kedua wawancara tidak terstruktur, wawancara tidak terstruktur adalah wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya.⁴

Adapun jenis wawancara yang peneliti gunakan adalah wawancara semi terstruktur untuk menggali pengalaman, pemahaman, dan perasaan remaja terhadap pengaruh media sosial serta proses perubahan diri mereka setelah mengikuti konseling kelompok. Wawancara dilakukan secara individu setelah sesi konseling untuk mengetahui sejauh mana peserta mampu

⁴ Mohamad Anwar Thalib, "Pelatihan Teknik Pengumpulan Data Dalam Metode Kualitatif Untuk Riset Akuntansi Budaya", *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, Volume 2, No. 1, 2022, hlm. 47.

merefleksikan gaya hidupnya dan memahami nilai-nilai kesederhanaan.

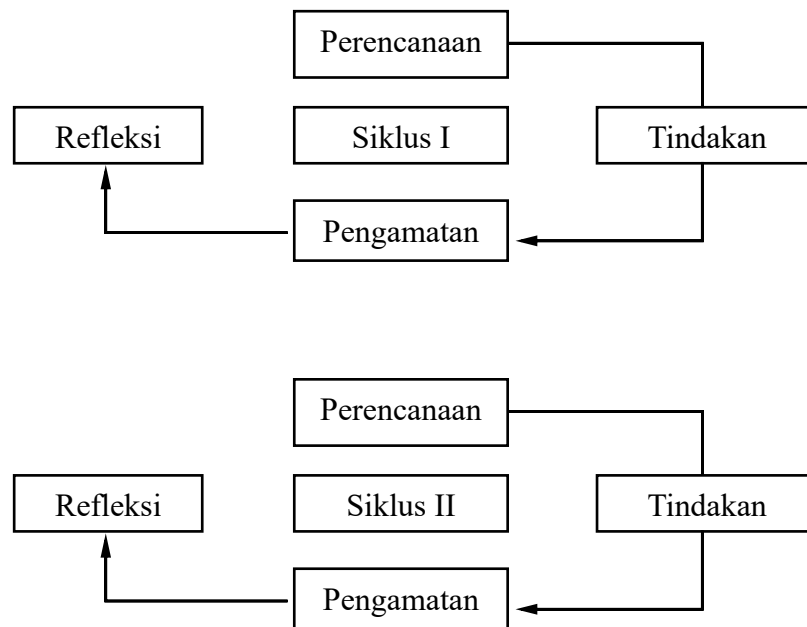
3. Dokumentasi

Penelitian yang menggunakan data sekunder biasanya instrumen pengumpulan datanya adalah dokumentasi, yang artinya barang-barang/data tertulis. Dokumen (dokumentasi) dalam pengertiannya yang lebih luas berupa setiap proses pembuktian yang didasarkan atas jenis sumber apapun, baik itu yang berupa tulisan, lisan, gambaran, atau arkeologis.⁵

F. Rancangan Penelitian Tindakan

Penelitian tindakan (*Action research*) adalah metode penelitian di mana peneliti masuk ke dalam lingkungan subyek penelitian (peneliti juga menjadi aktor dalam subyek penelitian) dan melakukan intervensi di dalam subyek penelitian dan mengamati dan mendokumentasi apa yang terjadi. Tindakan ini berlangsung dalam beberapa siklus, yang mana tiap siklus terdiri dari 4 (empat) tahap yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi sebagai berikut:

⁵ Budi Gautama '*instrumen Pengumpulan data Penelitian*', (Bandung: Pustaka Mandiri Nusantara, 2021), hlm. 1-10.



Perencanaan refleksi siklus I tindakan pengamatan perencanaan
 refleksi siklus ii tindakan pengamatan.

1. Prosedur Pelaksanaan Siklus I

Siklus 1 dilakukan dengan dua kali pertemuan (tatap muka). Sehingga dengan 2 siklus terdapat 4 pertemuan, adapun tahapan pada siklus 1 ini terdiri dari empat (4 tahap):

Pertemuan pertama:

a. Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan peneliti yaitu:

- 1) Melakukan observasi awal ke tempat penelitian.
- 2) Peneliti menyampaikan maksud dan tujuannya kepada orang tua remaja.

- 3) Mempersiapkan jadwal pelaksanaan tentang penerapan konseling kelompok pada remaja.
- 4) Menyiapkan perencanaan observasi kepada remaja tentang konseling kelompok pada remaja.

b. Tindakan

Setelah perencanaan disusun maka langkah selanjutnya adalah melaksanakan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan nyata, tindakan yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

- 1) Peneliti menjelaskan materi tentang “Gaya Hidup Hedonis dan Pengaruh Media Sosial” dalam bentuk ceramah.
- 2) Peneliti memberi kesempatan kepada remaja untuk memahami materi yang disampaikan peneliti.
- 3) Peneliti memberikan kesempatan kepada remaja untuk saling memberikan solusi.
- 4) Peneliti memberikan pujian kepada remaja setelah selesai melakukan tindakan.

c. Observasi

Kegiatan observasi dilakukan bersamaan dengan rangkaian tindakan yang dihadapkan pada remaja. Observasi ini bertujuan untuk melihat keadaan remaja ketika berada di lingkungan masyarakat.

d. Refleksi

Setelah diadakan tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan bimbingan konseling kelompok tersebut. Jadi, jika masih ditemukan hambatan dan belum mencapai indikator tindakan yang telah ditetapkan pada penelitian ini maka hasil tersebut dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki proses pelaksanaan bimbingan konseling kelompok pada siklus berikutnya.

Pertemuan kedua:

a. Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan peneliti dalam mempersiapkan pelaksanaan bimbingan kelompok yang akan dilakukan peneliti terhadap remaja yaitu:

- 1) melanjutkan proses bimbingan dan dilanjutkan dengan konseling jika ditemukan kondisi perlunya sharing dengan remaja.
- 2) peneliti melakukan observasi hasil dari pertemuan pertama.
- 3) menyiapkan materi konseling kelompok yang akan disampaikan terhadap remaja.

b. Tindakan

Setelah melakukan perencanaan maka disusunlah langkah selanjutnya yaitu tahap tindakan atau pelaksanaan dalam kegiatan yaitu:

- 1) memberikan pemahaman tentang materi “Menganalisis Konten Media Sosial dan Membuat Batasan Sehat” kepada remaja.
- 2) peneliti memberikan arahan atau masukan agar lebih baik lagi.
- 3) peneliti menyiapkan materi bimbingan konseling kelompok kepada remaja.

c. Observasi

Observasi yang dimaksud adalah pengumpulan data yaitu proses penerepan bimbingan konseling kelompok yang dilakukan peneliti terhadap remaja. Pada tahap ini yang di observasi yaitu bagaimana perubahan tentang pemahaman remaja setelah peneliti melaksanakan konseling kelompok.

d. Refleksi

Setelah dilakukan tindakan maka dilakukan pengetesan terhadap materi yang sudah disampaikan maka akan didapatkan hasil dari proses penerapan bimbingan konseling kelompok tersebut. Jika ditemukan hambatan dan belum mencapai hasil yang maksimal yang telah ditetapkan pada

penelitian ini maka hasil tersebut dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki proses bimbingan konseling kelompok pada siklus selanjutnya.

2. Prosedur Pelaksanaan Siklus II

Pada dasarnya siklus II dilaksanakan sama dengan tahap-tahap pada siklus I, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Hanya saja ada perbaikan tindakan yang perlu ditingkatkan lagi sesuai dengan hasil refleksi sebelumnya.

Pertemuan Pertama:

Adapun tahap siklus II sebagai berikut:

a. Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan dalam memberi bimbingan terhadap remaja sebagai berikut:

- 1) Melanjutkan proses bimbingan dan dilanjutkan dengan konseling jika ditemukan kondisi perlunya sharing dengan remaja.
- 2) Peneliti melakukan observasi hasil pertemuan pertama.
- 3) Mempersiapkan jadwal pelaksanaan bimbingan konseling kelompok terhadap remaja.
- 4) Peneliti mempersiapkan materi yang akan disampaikan kepada remaja tentang gaya hidup hedonis akibat media sosial.

b. Tindakan

Setelah perencanaan disusun maka langkah selanjutnya yaitu melaksanakan pelaksanaan perencanaan tersebut kedalam bentuk tindakan-tindakan nyata, tindakan yang akan dilakukan sebagai berikut:

- 1) peneliti menjelaskan materi “Mengubah Pola Pikir dan Membangun Nilai Diri Positif” yang akan diberikan kepada remaja.
- 2) peneliti memberikan arahan terhadap remaja untuk lebih baik lagi.
- 3) peneliti memberikan tanya jawab terhadap remaja ketika mengikuti pelaksanaan bimbingan konseling kelompok tentang gaya hidup hedonis akibat media sosial.

c. Observasi

Kegiatan observasi dilakukan bersamaan dengan rangkaian tindakan yang dihadapkan pada remaja. Observasi ini bertujuan untuk melihat motivasi remaja mengikuti bimbingan yang dibuat tentang gaya hidup hedonis akibat media sosial.

d. Refleksi

Setelah dilaksanakan tindakan dan observasi peneliti melaksanakan dengan melakukan evaluasi tentang permasalahan remaja dalam bermedia sosial. Jika ternyata masih ditemukan hambatan dan belum mencapai indikator tindakan yang telah

ditetapkan pada penelitian ini maka hasil tersebut dapat dijadikan bahan perbandingan untuk melakukan refleksi, sehingga dapat memperbaiki proses pelaksanaan bimbingan konseling kelompok pada siklus berikutnya.

Pertemuan kedua:

a. Perencanaan

Perencanaan yang dilakukan peneliti dalam memberi bimbingan konseling kelompok terhadap remaja yaitu:

- 1) setelah refleksi akan ditentukan tahap selanjutnya, jika ada masalah dalam proses refleksi maka akan dilakukan perencanaan ulang, tetapi jika tidak ada maka akan berlanjut ketahap selanjutnya.
- 2) mempersiapkan materi bimbingan konseling kelompok yang akan disampaikan terhadap remaja yaitu gaya hidup hedonis akibat media sosial.

b. Tindakan

Setelah melakukan perencanaan maka disusunlah langkah selanjutnya yaitu tahap tindakan yaitu:

- 1) peneliti memotivasi remaja untuk lebih memahami penggunaan media sosial yang baik supaya tidak terjadi gaya hidup yang hedonis dan memberi arahan terhadap remaja.
- 2) peneliti menyampaikan materi “Membangun Gaya Hidup Konstruktif dan Rencana Pemeliharaan” bimbingan

konseling kelompok kepada remaja yang kurang memahami strategi pengelolaan media sosial.

c. Observasi

Pada tahap ini yang diobservasi adalah perubahan pemahaman tentang gaya hidup hedonis remaja apakah perilaku hedonis tersebut sudah mulai menurun dari sebelumnya, dilihat dari indikator keberhasilan yang telah ditetapkan sebelumnya.

d. Refleksi

Setelah adanya tindakan dan observasi maka akan didapatkan hasil dari penerapan bimbingan konseling kelompok tersebut setelah direfleksikan, dan dilakukan evaluasi tentang adanya perubahan gaya hidup hedonis remaja yang diakibatkan media sosial, dibandingkan dengan data sebelumnya apakah ada perubahan atau sebaliknya.

Adapun materi yang dilakukan sebagai berikut:

Tabel III. 1 Materi Konseling Kelompok Pada Remaja

Kondisi Remaja	Materi	Perlakuan
Mementingkan penampilan	Gaya Hidup Hedonis dan Pengaruh Media Sosial	Sharing pengalaman, membuat tugas rumah pada subjek dengan menerapkan <i>Self Assesment</i> .

Mementingkan kesenangan pribadi	Analisis Konten Media Sosial Dan Batasan Sehat	Melakukan pelatihan teknik <i>Delay Gartification</i> (Penundaan Kesenangan), dan menerapkan aturan seperti batasan frekuensi perilaku hedonis
Pencitraan diri di media sosial	Mengubah Pola Pikir Dan Membangun Nilai Positif	Mengenali pikiran yang muncul, setelah itu pahami kebenaran pikiran dan mengganti pikiran yang baru.
Mudah terpengaruh konten media sosial	Membangun Gaya Hidup Konstruktif Dan Pemeliharaan	Memilih konten media sosial yang positif, membangun komunitas yang mendukung perkembangan diri.

G. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian kualitatif, analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan observasi sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Pengolahan dan analisis data dilaksanakan setelah data terkumpul secara kualitatif yang akan disajikan dalam bentuk deskriptif

(menggambarkan/menguraikan) yang dimulai dengan langkah-langkah berikut:

1. Reduksi data, mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok sesuai dengan masalah. Dengan demikian data yang telah direduksikan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data.
2. Deskripsi data, menggunakan dimensi secara sistematis, secara deduktif dan induktif sesuai dengan sistematika pembahasan. Dengan menyajikan data, maka memudahkan untuk dipahami.
3. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif adalah merupakan temuan baru yang sebelumnya pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih belum pasti sehingga diteliti menjadi jelas.⁶

H. Teknik Keabsahan Data

Teknik keabsahan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu perpanjangan keikutsertaan, ketekunan pengamatan dan triangulasi.

1. Perpanjangan keikutsertaan

Perpanjangan keikutsertaan berarti peneliti tinggal di lapangan penelitian sampai kejenuhan pengumpulan data tercapai. Perpanjangan keikutsertaan peneliti akan memungkinkan peningkatan derajat kepercayaan data yang akan dikumpulkan,

⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, (Bandung: Alfabet, 2012), hlm. 246.

karena peneliti ikut merasakan bagaimana situasi pada lingkungan tersebut.

2. Ketekunan pengamatan

Peneliti harus mampu menguraikan proses penemuan dan penelaahan secara rinci. Dalam hal ini peneliti melakukan pengamatan secara terus menerus dan juga melakukan wawancara secara mendalam. Peneliti juga harus melakukan observasi secara terus terang maupun secara sembunyi.

Teknik keabsahan data yang dimaksud peneliti adalah pencocokan data agar tidak berbeda antara data yang diperoleh dengan data yang terjadi sesungguhnya pada objek penelitian sehingga keabsahan data yang telah disajikan dapat dipertanggung jawabkan.

3. Triangulasi

Triangulasi adalah tehnik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Teknik triangulasi yang paling banyak dilakukan ialah memeriksa melalui sumber lain. Triangulasi yang dilakukan peneliti dengan cara:

- a. Membandingkan data hasil pengamatan dengan hasil wawancara.

- b. Membandingkan apa yang dikatakan orang di depan umum dengan apa yang dikatakan secara pribadi.⁷

⁷ Lexy J Moleong, *Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000), hlm. 178.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Letak Geografis Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas

Desa Roburan adalah salah satu dari banyak desa di Kecamatan Sosa (sebelumnya tercatat sebagai bagian dari Kecamatan Sosa Julu, namun kini masuk wilayah Sosa induk setelah pemekaran kecamatan). Luas wilayah Desa Roburan adalah 1,50 km². Dengan batas wilayahnya sebagai berikut.

- a. Sebelah Timur berbatasan dengan beberapa desa seperti Desa Ramba, Desa Siginduang, dan Desa Ampolu.
- b. Sebelah Selatan ada beberapa Desa seperti Desa Tanjung, Hurung Jilok, Desa Pasir Jae dan Desa Pasir Julu.
- c. Sebelah Barat berbatasan dengan Perkebunan sawit, dan Perkebunan karet.
- d. Sebelah Utara berbatasan dengan aliran sungai sosa dan persawahan.¹

¹ Imron Sunandar, Sekretaris Lurah, *Wawancara*, (Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas), Rabu 16 Januari 2026 Pukul 10.00 Wib.

2. Keadaan Penduduk Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan data monografi Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas tahun 2024, jumlah penduduk desa berjumlah 765 jiwa. Penduduk tersebut terdiri atas 215 jiwa berjenis kelamin laki-laki dan 550 jiwa berjenis kelamin perempuan. Dengan demikian, jumlah penduduk perempuan lebih banyak dibandingkan jumlah penduduk laki-laki dengan selisih 335 jiwa. Jumlah kepala keluarga yang tercatat di Desa Roburan sebanyak 120 KK. Jumlah tersebut menunjukkan rata-rata anggota keluarga dalam satu KK adalah 6-7 jiwa.

Tabel IV. 1 Jumlah Kependudukan Desa Roburan

Jenis Kelamin	Jumlah Penduduk
Laki-laki	215
Perempuan	550
Jumlah	765

Sumber data: Data Administrasi Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas Tahun 2026.

3. Keadaan Penduduk Berdasarkan Mata Pencarian

Melihat kondisi ekonomi masyarakat, mata pencarian sangat berpengaruh terhadap tingkat pendidikan masyarakat Desa Roburan. Tingkat ekonomi pendidikan yang tinggi diduduki oleh masyarakat yang kategori ekonomi menengah ke atas, dan pendidikan yang rendah diduduki oleh masyarakat yang kategori ekonomi ke

bawah. Selain dari pada itu, masyarakat Desa Roburan mempunyai jenis mata pencaharian yang beraneka ragam untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Tabel IV. 2
keadaan Penduduk Berdasarkan Mata Pencaharian

No.	Mata Pencaharian	Jumlah
1.	Petani	450 Orang
2.	Tidak Menetap	70 Orang
3.	Pedagang	30 Orang
4.	Karyawan	20 Orang
5.	PNS	17 Orang
6.	Tukang bangunan	5 Orang
7.	Bengkel	3 Orang
8.	TNI	1 Orang
9.	Penjahit	1
Jumlah		597 Orang

Sumber Data: Data Administrasi Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang

Lawas Tahun 2026.

4. Keadaan Penduduk Berdasarkan Agama

. Dalam menjalani kehidupannya, agama merupakan kebutuhan yang sangat penting bagi manusia, karena tanpa agama manusia tidak akan mengetahui arah hidupnya dan tidak akan merasakan kenikmatan dalam hidupnya.

Masyarakat Desa Roburan sangat menjaga hubungan baik antara warga tidak terjadi pertentangan antara sesama agama. Kesadaran untuk menumbuhkan suasana kehidupan yang tertib aman

dan tenteram dalam beragama, maka perlu sekali masyarakat mengembangkan sikap saling menghormati, tenggang rasa, toleransi dan bekerja sama dalam kehidupan bermasyarakat. Dari data yang di peroleh, diketahui bahwa masyarakat di Desa Roburan Kecamatan Sosa 100% menganut agama Islam dan tidak ada satu orangpun yang menganut agama lain selain agama Islam.

5. Sarana dan Prasarana

Adapun sarana dan prasarana di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas:

Tabel IV. 3 Sarana Prasarana

No	Sarana dan Prasarana	Jumlah
1.	Masjid	1
2.	Tempat Pemakaman Umum (TPU)	1
3.	Sekolah dasar (SD)	1
4.	Gedung Serbaguna	1
5.	Taman Kanak-Kanak	1
6.	Madrasah Diniyah Takmiliyah Awaliyah (MDTA)	1
7.	Kantor Desa	1
8.	Lapangan Badminton	1

6. Struktur Organisasi

Dalam stuktur pemerintahan di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas di pimpin oleh Kepala Desa. Dalam menjalankan pemerintahan Kepala Desa dibantu oleh sekretaris.

Adapun susunan pemerintahan Desa Roburan 2026 adalah sebagai berikut:

Tabel IV. 4 Daftar Kepengurusan Desa Roburan

No.	Nama	Jabatan
1.	Henrik Yusuf Samosir	Kepala Desa
2.	Imron Sunandar Pasaribu	Sekretaris Desa
3.	1. Doni Rizki Martua Lubis 2. Sabda Martua Pasaribu 3. Warsila Rahayu Hasibuan 4. Amrul Wahyu Lubis 5. MHD Khoirul Anwar Hasibuan	Kepala Urusan (Kaur)
4.	Rahmad Andolan Pasaribu	Ketua BPD
5.	Iwan Sarip Lubis	Wakil K. BPD
6.	1. Kari Uhum Lubis 2. Rusli Pasaribu	Tokoh Adat
7.	1. Maralohot 2. Saripuddin Hasibuan	Tokoh Agama

Sumber data: Data Administrasi Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas Tahun 2026.

7. Data Jumlah Remaja Di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas

Jumlah remaja dapat dilihat sebagaimana tabel berikut ini:

Tabel IV. 5 Jumlah Remaja di Desa Roburan

No.	Rentang usia	Jenis kelamin		Jumlah		Total
1.	10-14 Tahun	Lk	Pr	7	10	17
2.	15-17 Tahun	Lk	Pr	8	12	20
3.	19-24 Tahun	Lk	Pr	10	6	16
	Jumlah	Lk	Pr	25	28	53

Sumber : Data Statistik Remaja Desa Roburan

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa jumlah keseluruhan Remaja di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas berjumlah sekitar 53 jiwa, Laki-laki sebanyak 25 jiwa dan perempuan sebanyak 28 jiwa. Dari 53 remaja di Desa Roburan. Namun untuk data remaja yang menjadi data berperilaku Hedonis ada 6 orang. Dan hal tersebut menjadi suatu bencana bagi para remaja jika selalu menginginkan sesuatu hal dan bersenang-senang akibat pengaruh media sosial menjadi dampak buruk terhadap dirinya.¹

Tabel IV. 6 Data Remaja Perilaku Hedonis

No.	Nama	Usia	Intensitas belanja di Media Sosial	Pekerjaan Orang Tua	Pendidikan
1.	Arnis	16 tahun	5 kali dalam seminggu	Ayah: Wiraswasta Ibu: Wiraswasta	SMA
2.	Sintia	16 tahun	5 kali dalam seminggu	Ayah: Wiraswasta Ibu: Penjahit	SMA
3.	Nurul	17 tahun	5 kali dalam seminggu	Ayah: Wiraswasta Ibu: Wiraswasta	SMA
4.	Marito	15 tahun	5 kali dalam seminggu	Ayah: Wiraswasta Ibu: Pedagang	SMP
5.	Lannida	17	5 kali	Ayah:	SMA

¹ Observasi, Jumlah Remaja di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang LawasSelat, (Desa Roburan 15 Januari 2026, Pukul 01.00 WIB.)

		tahun	dalam seminggu	Wiraswasta Ibu: Pedagang	
6.	Sania	17 tahun	5 kali dalam seminggu	Ayah: Wiraswasta Ibu: Guru	SMA

B. Temuan Khusus Penelitian

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk menerapkan konseling kelompok dalam mengatasi gaya hidup hedonis remaja akibat media sosial yang bertempat tinggal di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas. Hasil penelitian ini diperoleh berdasarkan hasil wawancara dan observasi peneliti yang dilakukan pada remaja orangtua, dan teman sebaya yang ada di Desa Roburan berdasarkan pihak-pihak yang terkait seperti tetangga atau masyarakat terdekat di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.

Berdasarkan tujuan penelitian tersebut maka untuk mempermudah dan memperjelas penjabarannya, dalam penelitian ini akan dipaparkan hasil penelitian yang meliputi kondisi remaja yang mengalami gaya hidup hedonis akibat media sosial dan perubahan perilaku remaja setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok terkait gaya hidup hedonis akibat media sosial di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.

1. Kondisi gaya hidup hedonis yang ditunjukkan oleh remaja akibat penggunaan media sosial di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan, peneliti menemukan bahwa penggunaan media sosial memberikan pengaruh besar terhadap gaya hidup remaja di Desa Roburan. Remaja kini banyak memperlihatkan kondisi perilaku hedonis yang ditunjukkan melalui cara mereka bersosialisasi, berpakaian, hingga mengatur keuangan.

Adapun beberapa kondisi yang terlihat di lapangan antara lain:

a. Mementingkan penampilan dan gaya hidup modern

Mementingkan penampilan dan gaya hidup modern adalah kondisi di mana individu sangat memperhatikan cara berpakaian, gaya, dan citra diri agar terlihat menarik serta sesuai tren yang berkembang. Pada remaja, perilaku ini banyak dipengaruhi oleh media sosial seperti Instagram dan TikTok yang menampilkan gaya hidup influencer/selebgram.

Berdasarkan observasi peneliti pada tanggal 16 Januari 2026 di Desa Roburan, peneliti mengamati 12 remaja perempuan usia 15-17 tahun. Hasilnya, 6 dari 12 remaja menggunakan outfit dengan ciri serupa, yaitu crop top lengan pendek, celana jeans *high-waist*, serta pakaian wispie. Perilaku spesifik yang diamati, rata-rata remaja membuka aplikasi

TikTok dan Instagram selama 20-30 menit untuk mencari referensi outfit terbaru. Terjadi diskusi antar teman sebaya terkait merek dan harga barang yang sedang viral di TikTok Shop, seperti "baju wispie Rp170 rb" dan "tas knit rajut Rp85rb", yang dibeli beberapa kali. Dan 2 dari 6 remaja lebih dominan mengutamakan penampilan dan gaya modern.²

Hal ini juga diperkuat berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan dua remaja bernama Arnis dan Sintia yaitu remaja yang mengalami gaya hidup hedonis akibat media sosial.

Berdasarkan wawancara dengan Arnis mengatakan bahwa:

Saya sering lihat di media sosial cara berpakaian influencer atau selebgram. Kadang dari situ saya jadi tahu model pakaian yang lagi tren kayak baju wispie ini. Jadi saya juga pengen coba pakai yang mirip supaya kelihatan lebih keren dan nggak ketinggalan zaman sama teman-teman. Biasanya kalau lihat di Instagram atau TikTok ada style yang bagus, saya jadi tertarik buat beli. Biasanya aku beli barang yang lagi trend sekarang seperti baju wispie, aku juga udah memiliki banyak tas.³

Berdasarkan wawancara dengan Sintia mengatakan bahwa:

Saya sering lihat postingan selebgram di media sosial, dari situ biasanya saya jadi tahu model pakaian yang lagi tren. Kalau lihat yang seperti itu, saya jadi tertarik juga buat ikut gaya yang lagi tren supaya nggak ketinggalan sama yang lain. Jadi saya bakalan beli baju yang lagi trend itu dan sekarang baju yang lagi trend itu wispie sama baju knit rajut aku udah banyak. Selain itu aku juga suka belanja tas sama sepatu. Intinya kalo barang itu lewat di beranda TikTok ku dan bagus pasti pengen beli.⁴

² Observasi, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 16 Januari 2026, 15:00 Wib.

³ Arnis, Remaja Hedonis akibat media sosial, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 19 Januari 2026, 09:00 Wib.

⁴ Sintia, Remaja Hedonis akibat media sosial, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 19 Januari 2026, 12: 00 Wib.

Selanjutnya wawancara dengan orang tua Arnis Ibu Murni mengatakan bahwa:

Saya perhatikan anak saya sekarang lebih perhatian sama penampilannya dibanding dulu. Dulu dia nggak sering minta uang tapi setelah dia bermedia sosial dan lihat barang bagus langsung beli sampai dia sering minta uang untuk bayar COD paket yang udah dia beli lewat online. Yang dibeli kadang baju, kadang tas, kadang sepatu. Padahal dia udah punya baju yang serupa dan udah punya banyak tas. Saya juga merasa cemas soal anak saya karena dia semakin hari semakin malas belajar.⁵

Wawancara dengan orang tua Sintia Ibu Nurlan mengatakan bahwa:

Saya perhatikan anak saya cukup memperhatikan penampilannya dengan ngikutin gaya di media sosial. Dia sering belanja online lewat TikTok terus sering minta duit untuk beli barang terbaru. Apalagi soal tas dia pasti beli katanya bagus, padahal tasnya udah banyak loh. Terkadang saya mengingatkan agar tidak berlebihan dan tetap bijak dalam mengatur uang. Tapi jujur saya takut anak saya jadi anak yang boros nggak bisa mengelola uang dengan baik nantinya.⁶

Wawancara dengan teman sebaya Arnis dan Sintia bernama Saiba mengatakan bahwa:

Kalau menurut saya, Arnis sama Sintia itu orangnya nggak mau ketinggalan soal penampilan. Kalau ada tren fashion baru di media sosial, mereka biasanya cepat tahu. Kadang mereka lihat dari Instagram atau TikTok, terus jadi tertarik buat ikut gaya yang lagi tren itu. Mereka juga sering beli baju yang lagi trend. Terus baju yang dibeli pada mahal. Kalau kami kumpul atau pergi bareng, biasanya mereka

⁵ Murni, Orang tua dari Arnis, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 19 Januari 2026, 14:00 Wib.

⁶ Nurlan, Orang tua dari Sintia, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 19 Januari 2026, 15:00 Wib.

sudah pakai baju yang lagi tren. Jadi kelihatan kalau mereka memang cukup memperhatikan penampilan.⁷

Berdasarkan hasil observasi dan triangulasi wawancara, dapat disimpulkan bahwa media sosial berperan sebagai sumber referensi utama remaja dalam menentukan gaya berpakaian. Hal ini memicu perilaku mengikuti tren secara cepat, pembelian barang impulsif, dan kekhawatiran dari orang tua terkait pengelolaan uang serta menurunnya motivasi belajar.⁸

b. Mudah terpengaruh produk baru di media sosial

Mudah terpengaruh produk baru di media sosial adalah kecenderungan remaja untuk cepat mengikuti dan membeli produk yang sedang viral di TikTok/Instagram tanpa mempertimbangkan kebutuhan, manfaat, atau kondisi keuangan pribadi.

Berdasarkan observasi peneliti pada tanggal 17 Januari 2026 di Desa Roburan, peneliti mengamati 12 remaja usia 15-17 tahun. 6 dari 12 remaja menunjukkan ponselnya ke teman sambil bilang "nih lagi viral di TikTok" lalu memutar video review skincare dari kreator. Salah satu remaja, Marito, langsung check out 3 moisturazer berbeda lalu berkata "aku ambil yang ini aja, yang di TikTok pada bilang bagus". Terjadi

⁷ Saiba, Teman Sebaya Arnis dan Sintia, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 19 Januari 2026, 16:25 Wib.

⁸ Observasi, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 16 Januari 2026, 15:30 Wib.

pembelian impulsive, marito membeli 3 produk skincare sekaligus senilai Rp280.000 tanpa berfikir panjang. Sehingga 1 dari 6 remaja lebih mudah terpengaruh produk baru di media sosial.⁹

Hal ini juga diperkuat berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan remaja bernama Marito yaitu remaja yang mengalami gaya hidup hedonis akibat media sosial mengatakan:

Saya sering lihat di media sosial kalau ada sesuatu yang lagi viral, misalnya produk atau gaya hidup yang lagi banyak diposting sama influencer atau kreator konten. Kadang dari situ saya jadi penasaran dan ingin mencoba juga. Terus yang paling sering saya beli itu skincare, jujur skincare saya udah banyak banget sampai saya bingung kadang mau nyobain yang mana dulu. Kalau sering muncul di beranda TikTok, biasanya saya jadi tertarik buat ikut juga. Soalnya kelihatan lagi ramai dan banyak yang mencoba.¹⁰

Wawancara dengan orang tua Marito Ibu Inun mengatakan bahwa:

Saya perhatikan anak saya cepat sekali tertarik sama hal-hal yang muncul di media sosial. Kalau lagi ada produk sesuatu, pasti dia ngomongin terus dan kadang minta beli. Yang paling sering dia beli adalah skincare. Padahal sebelumnya dia baru saja beli skincare, malahan belum berselang 1 minggu. Sampai-sampai skincare-nya expired nggak kepakai. Saya perhatikan kalau soal belajar anak saya juga makin malas.¹¹

Wawancara dengan teman sebaya Marito bernama Hotmaida mengatakan bahwa:

⁹ Observasi, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas 17 Januari 2026, 15: 30 Wib.

¹⁰ Nurul, Remaja Hedonis akibat media sosial, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 20 Januari 2026, 09:00 Wib.

¹¹ Khodijah, Orang tua dari Nurul, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 20 Januari 2026, 10:00 Wib.

Dia sering lihat influencer di TikTok yang lagi review produk. Kalau ada barang yang lagi viral, seperti makeup atau skincare baru, biasanya dia cepat tahu dan langsung tertarik buat beli. Kadang aku juga heran, karena skincare yang dia punya sudah banyak, tapi masih saja beli lagi padahal yang sebelumnya belum habis dipakai. Biasanya yang sering dia beli itu skincare atau makeup, apalagi kalau produknya lagi ramai di media sosial, dan harganya juga lumayan mahal.¹²

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, media sosial khususnya TikTok berperan sebagai pemicu utama perilaku pembelian impulsif. Paparan konten review produk yang berulang dan bersifat viral membuat remaja seperti Marito merasa penasaran dan takut ketinggalan tren, sehingga membeli produk baru meskipun produk sebelumnya belum habis digunakan dan berpotensi mubazir.¹³

c. Lebih mengutamakan keinginan dari pada kebutuhan

Mengutamakan keinginan daripada kebutuhan adalah kondisi di mana remaja lebih memprioritaskan kepuasan pribadi sesaat seperti belanja barang tren atau hiburan, dibandingkan memenuhi kebutuhan utama seperti tabungan, biaya sekolah, atau tanggung jawab lainnya.

Berdasarkan observasi peneliti pada tanggal 18 Januari 2026 di Desa Roburan, peneliti mengamati 6 remaja usia 15-17 tahun. 1 dari 6 remaja terlihat membeli minuman boba

¹² Hotmaida, Teman Sebaya Nurul, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 20 Januari 2026, 11:30 Wib.

¹³ Observasi, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas 17 Januari 2026, 16:00 Wib.

Rp25.000-Rp35.000 lalu langsung merekam video untuk diupload ke TikTok/Instagram Story dengan caption "healing tipis-tipis". Padahal saat ditanya peneliti, 4 di antaranya mengaku uang saku tinggal Rp20.000 untuk 3 hari ke depan. Di konter aksesoris, 3 remaja termasuk Nurul membeli gantungan kunci karakter dan tas mini warna pastel senilai Rp50.000-Rp75.000. Remaja Nurul juga suka membeli barang yang bernilai mahal seperti tas Jeams Honey padahal tasnya masih banyak.¹⁴

Hal ini juga diperkuat berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan remaja Bernama Nurul yaitu remaja yang mengalami gaya hidup hedonis akibat media sosial mengatakan:

Kadang saya mikirnya yang penting senang dulu. Misalnya uang saku saya sudah tinggal sedikit, tapi ada barang yang saya ingin beli, biasanya tetap saya beli. Biasanya saya beli tas, tas saya memang udah banyak tapi tiap hari rasanya ada aja brand baru. Tas yang udah aku punya tuh dari Jeans Honey, Barbie. Rasanya senang kalau bisa punya barang yang saya inginkan, jadi kadang tidak terlalu memikirkan kebutuhan yang lain dulu.¹⁵

Wawancara dengan orangtua Nurul Ibu Khodijah mengatakan bahwa:

Anak saya kadang agak susah diingatkan soal prioritas. Kalau dia sudah ingin sesuatu, biasanya dia akan minta uang tambahan, bahkan bisa melebihi uang jajannya per minggu. Menurut saya, dia lebih sering mementingkan apa yang dia inginkan daripada apa yang sebenarnya dia

¹⁴ Observasi, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas 19 Januari 2026, 09:30 Wib.

¹⁵ Marito, Remaja Hedonis akibat media sosial, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 20 Januari 2026, 13:00 Wib.

butuhkan. Saya kadang merasa susah untuk menasehatinya. Nanti kalau nggak diturutin dia ngambek atau diam terus di rumah. Tapi saya khawatir juga nanti dia jadi anak yang nggak bisa hemat.¹⁶

Wawancara dengan teman sebaya Nurul Bernama Tazkia mengatakan bahwa:

Nurul itu orangnya kalau sudah ingin sesuatu biasanya tidak suka menunda. Kadang dia lebih memilih membeli barang-barang yang menurutnya menarik, seperti barang yang lucu-lucu. Jadi kalau ada sesuatu yang menurutnya menyenangkan biasanya langsung dilakukan tanpa terlalu banyak dipikirkan. Biasanya barang yang dia beli hanya untuk kesenangan saja dan tidak terlalu dibutuhkan.¹⁷

Berdasarkan hasil observasi dan triangulasi wawancara, remaja seperti Nurul cenderung mengutamakan kepuasan sesaat daripada kebutuhan jangka panjang. Media sosial memperkuat perilaku ini melalui konten "healing" dan "OOTD" yang membuat remaja merasa harus membeli barang tren agar tidak tertinggal dan terlihat "berkasta tinggi". Akibatnya terjadi pemborosan, uang saku cepat habis, dan konflik dengan orang tua terkait prioritas keuangan.¹⁸

¹⁶ Inun, Orang tua dari Marito, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 20 Januari 2026, 15:00 Wib.

¹⁷ Lannida, Teman Sebaya dari Marito, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 20 Januari 2026, 15:40 Wib.

¹⁸ Observasi, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas 19 Januari 2026, 10:00 Wib.

d. Suka menarik perhatian di media sosial

Suka menarik perhatian di media sosial adalah kecenderungan remaja untuk melakukan berbagai cara agar konten yang diunggah mendapat banyak like, komentar, dan views. Hal ini dilakukan dengan menampilkan gaya hidup, penampilan, atau aktivitas tertentu yang dianggap menarik oleh pengikutnya.

Berdasarkan observasi peneliti pada tanggal 19 Januari 2026 di area kafe pondok jambu ujung batu, peneliti mengamati 6 remaja usia 15-17 tahun. 2 dari 6 remaja menghabiskan 15-25 menit hanya untuk "*setting*" foto/video sebelum *upload*. Termasuk: ganti pose 8-10 kali, atur lighting, pakai filter "Paris" atau "Tokyo" di Instagram, lalu hapus-upload ulang 2-3 kali sampai angle dirasa paling "*aesthetic*". Dua remaja berkata ke temannya "tunggu ya, jangan makan dulu, bikin konten dulu 1 menit". Setelah *upload story/video* TikTok, mereka mengecek notifikasi like dan views setiap 2-3 menit sekali. Sehingga 2 remaja tersebut lebih dominan dalam mencari perhatian di media sosial¹⁹

¹⁹ Observasi, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas 19 Januari 2026, 09:30 Wib

Hal ini juga diperkuat berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan dua remaja Bernama Sania dan Lannida yaitu remaja yang mengalami gaya hidup hedonis akibat media sosial.

Berdasarkan wawancara dengan Sania mengatakan bahwa:

Saya kalau mau posting di Instagram atau TikTok pasti milih outfit paling bagus dulu. Terus fotonya nggak sekali jadi, bisa 10 kali ganti pose. Kalau lightingnya kurang bagus atau filturnya kurang aesthetic langsung hapus, upload lagi. Rasanya senang banget kalau banyak yang like sama komen 'cantik' atau 'goals banget'. Kalau viewsnya dikit, jujur kecewa. Jadi kadang aku hapus terus posting ulang pakai caption beda biar masuk fyp.²⁰

Berdasarkan wawancara dengan Lanida mengatakan bahwa:

Saya suka banget kalau konten saya rame. Makanya kalau nongkrong sama teman pasti cari spot yang bagus dulu, kayak ada neon sign atau dinding bunga. HP saya nggak pernah lepas dari tangan, tiap 5 menit dicek notifikasinya. Kalau ada yang komen atau DM saya langsung bales biar engagementnya naik. Kadang teman saya kesel karena suruh nunggu 'konten dulu ya 1 menit'. Tapi menurut saya itu penting, biar kelihatan eksis di media sosial.²¹

Wawancara dengan orang tua Sania Ibu Norma mengatakan bahwa:

Anak saya sekarang kalau mau keluar rumah dandannya lama banget. Katanya buat bikin konten dulu. Dia juga sering pergi main katanya ke café uang jajannya aja sehari udah melebihi karena sering keluar buat main. Bukan itu saja anak saya juga suka berfoto katanya untuk di posting supaya banayak yang suka.²²

²⁰ Sania, Remaja Hedonis akibat media sosial, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 21 Januari 2026, 09:30 Wib.

²¹ Tazkia, Remaja Hedonis akibat media sosial, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 21 Januari 2026, 10:25 Wib.

²² Norma, Orang tua dari Sania, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 21 Januari 2026, 12:00 Wib.

Wawancara dengan orang tua Lannida Ibu Lisda mengatakan bahwa:

Anak saya cukup aktif di media sosial dan terlihat suka membagikan berbagai kegiatan di sana. Kadang dia minta dibelikan sesuatu seperti baju baru, padahal bajunya sudah cukup banyak, biasanya supaya bisa dipakai lalu diunggah di media sosial. Dan dia juga sering pergi keluar dengan alasan mau ngumpul bareng temen katanya. Kami sebagai orang tua kadang mengingatkan agar tidak berlebihan dan tetap memperhatikan hal-hal yang lebih penting.²³

Wawancara dengan teman sebaya Sania dan Lanida bernama Anesti mengatakan bahwa:

Nurul dan Sania memang orangnya suka jadi pusat perhatian di media sosial. Misalnya kalau ada posting hal-hal baru seperti barang misalnya tuh baju atau tas, dia pasti ikutan dan ingin banyak orang nge-like atau komentar. kalau aku lihat dia senang kalau semua orang memperhatikannya.²⁴

Berdasarkan observasi, perilaku suka menarik perhatian di media sosial termasuk bentuk hedonisme modern. Kepuasan remaja bergeser dari "memiliki barang" menjadi "diakui memiliki". Validasi berupa *like*, komen, *views* jadi tujuan utama sehingga waktu belajar, interaksi keluarga, dan mood mereka bergantung pada performa konten. Hal ini diperkuat

²³ Lisda, Orang tua dari Tazkia, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 21 Januari 2026, 14:00 Wib.

²⁴ Nesti, Teman Sebaya dari Sania dan Tazkia, *Wawancara*, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas, 21 Januari 2026, 15:30 Wib.

kekhawatiran kedua orang tua terkait kecanduan HP dan penurunan fokus belajar.²⁵

2. Perubahan perilaku remaja setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok terkait gaya hidup hedonis akibat media sosial di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas

Konseling kelompok merupakan suatu usaha pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang konselor kepada individu-individu yang membutuhkan untuk membantu mengentaskan masalah yang sedang mereka hadapi dalam suasana kelompok. Pelaksanaan konseling kelompok dalam penelitian ini dilakukan dengan durasi 45 menit pada setiap pertemuan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan melalui penelitian tindakan lapangan dengan penerapan siklus, siklus I terdiri dari dua kali pertemuan dan siklus II juga terdiri dari dua kali pertemuan. Penelitian tindakan lapangan ini dilaksanakan di Desa Roburan, Kecamatan Sosa, Kabupaten Padang Lawas. Sebelum melaksanakan tindakan, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi awal di Desa Roburan untuk mengetahui kondisi perilaku remaja yang cenderung hedonis, serta untuk melihat perubahan perilaku remaja setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok.

²⁵ Observasi, Desa Roburan Kec. Sosa Kab. Padang Lawas 18 Januari 2026, 14:00 Wib

a. Kondisi Awal (Pra Siklus)

Pra-siklus merupakan kondisi awal subjek penelitian sebelum diberikan tindakan konseling kelompok. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara terhadap 6 orang remaja di Desa Roburan, Kecamatan Sosa, Kabupaten Padang Lawas, diketahui bahwa remaja memiliki kecenderungan gaya hidup hedonis yang cukup tinggi akibat pengaruh media sosial. Hal ini terlihat dari perilaku yang lebih mementingkan penampilan dan mengikuti gaya hidup modern, serta keinginan untuk tampil menarik dengan meniru trend yang ada di media sosial.

Selain itu, remaja lebih mengutamakan kesenangan pribadi, seperti hiburan dan perilaku konsumtif, dibandingkan kebutuhan yang lebih penting, yang berdampak pada berkurangnya perhatian terhadap tanggung jawab seperti belajar. Di sisi lain, remaja juga memiliki kecenderungan untuk menarik perhatian di media sosial melalui berbagai unggahan demi mendapatkan pengakuan dari orang lain.

Secara keseluruhan, kondisi ini menunjukkan bahwa perilaku hedonis remaja masih tergolong tinggi dan dipengaruhi kuat oleh media sosial, sehingga diperlukan intervensi melalui konseling kelompok agar remaja dapat lebih bijak dalam mengelola perilaku dan penggunaan media sosial.

Tabel IV. 7
Kondisi Perilaku Remaja Sebelum Dilakukan
Penerapan Konseling Kelompok

No.	Nama	Indikator	Pra-Siklus
1.	Arnis	a. Penampilan & Gaya Hidup Modern	✓
		b. Terpengaruh Produk Baru di Media Sosial	✓
		c. Mengutamakan Kesenangan Pribadi	✓
		d. Mencari Perhatian di Media Sosial	✓
2.	Sintia	a. Penampilan & Gaya Hidup Modern	✓
		b. Terpengaruh Produk Baru di Media Sosial	✓
		c. Mengutamakan Kesenangan Pribadi	✓
		d. Mencari Perhatian di Media Sosial	✓
3.	Nurul	a. Penampilan & Gaya Hidup Modern	✓
		b. Terpengaruh Produk Baru di Media Sosial	✓
		c. Mengutamakan Kesenangan Pribadi	✓
		d. Mencari Perhatian di Media Sosial	✓
4.	Marito	a. Penampilan & Gaya Hidup Modern	✓
		b. Terpengaruh Produk baru di Media Sosial	✓
		c. Mengutamakan Kesenangan Pribadi	✓
		d. Mencari Perhatian di Media Sosial	✓
5.	Lanida	a. Penampilan & Gaya Hidup Modern	✓
		b. Terpengaruh Produk Baru di Media Sosial	✓
		c. Mengutamakan Kesenangan Pribadi	✓
		d. Mencari Perhatian di Media Sosial	✓
6.	Sania	a. Penampilan & Gaya Hidup Modern	✓
		b. Terpengaruh Produk Baru di Media Sosial	✓
		c. Mengutamakan Kesenangan Pribadi	✓
		d. Mencari Perhatian di Media Sosial	✓

Berdasarkan Tabel IV.7, diketahui bahwa seluruh subjek penelitian, yaitu Arnis, Sintia, Nurul, Marito, Lannida, dan Sania, menunjukkan perilaku hedonis pada seluruh indikator yang diamati sebelum diberikan layanan konseling kelompok.

Keempat indikator tersebut meliputi penampilan dan gaya hidup modern, terpengaruh produk baru di media sosial, mengutamakan kesenangan pribadi, serta mencari perhatian di media sosial.

Hasil observasi menunjukkan bahwa keenam remaja memiliki tanda centang pada seluruh indikator perilaku hedonis yang diamati. Dengan demikian, masing-masing remaja memperoleh persentase perilaku konsumtif sebesar 100% karena memenuhi 4 dari 4 indikator yang telah ditetapkan. Secara keseluruhan, dari total 24 indikator yang diamati pada 6 remaja, seluruh indikator muncul dengan persentase 100%.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa sebelum diberikan layanan konseling kelompok, perilaku hedonis pada remaja masih tergolong tinggi. Kondisi ini terlihat dari kecenderungan remaja untuk mementingkan penampilan dan gaya hidup modern, mudah terpengaruh produk baru yang ditampilkan di media sosial, lebih mengutamakan kesenangan pribadi, serta mencari perhatian melalui media sosial. Oleh karena itu, diperlukan penerapan layanan konseling kelompok untuk membantu mengurangi perilaku konsumtif yang ditunjukkan oleh para remaja.

b. Pelaksanaan Tindakan Siklus I**1. Siklus I Pertemuan Pertama (Minggu ke-1)****a) Perencanaan**

Perencanaan yang dilakukan peneliti yaitu sebelum pelaksanaan konseling kelompok, peneliti telah memiliki data awal mengenai perilaku 6 remaja di Desa Roburan yang menunjukkan kecenderungan gaya hidup hedonis akibat media sosial.

b) Tindakan

1. Materi utama: Gaya Hidup Hedonis dan Pengaruh Media Sosial

2. Kegiatan:

- a. Pengenalan anggota kelompok dan pembentukan kesepakatan kerahasiaan serta partisipasi.
- b. Penjelasan materi tentang apa itu gaya hidup hedonis, ciri-cirinya, dan bagaimana konten media sosial dapat memicu perilaku hedonis.
- c. Menerapkan konseling kelompok dengan menggunakan teori pendekatan CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*) dengan Teknik *self-Assesment*, Dimana remaja (subjek) mencatat perilaku hedonis yang dilakukan dalam 1 minggu terakhir.

- d. Tugas Rumah: Catat setiap perilaku hedonis yang muncul dan identifikasi apakah dipicu oleh konten yang dilihat di media sosial selama 1 minggu.

c) Refleksi

Berdasarkan hasil pelaksanaan pertemuan pertama, kegiatan berjalan sesuai RPL dengan partisipasi 6 remaja secara aktif. Anggota kelompok antusias saat pengenalan dan bersedia membuat kesepakatan kerahasiaan. Penjelasan materi dipahami dengan baik, terbukti saat remaja mampu menyebutkan 3 dari 4 ciri gaya hidup hedonis saat sesi tanya jawab. Namun ditemukan 2 kendala. Pertama, saat penerapan teknik *Self-Assessment*, remaja masih bingung membedakan "perilaku hedonis" dengan "kebutuhan wajar".

2. Siklus I Pertemuan Kedua (Minggu ke-2)

a) Tindakan

1. Materi Utama: Menganalisis Konten Media Sosial dan Membuat Batasan Sehat
2. Kegiatan:
 - a. Analisis bersama hasil catatan harian para remaja (subjek)

- b. Penjelasan materi tentang bagaimana menganalisis konten media sosial dan membuat batasan sehat.
 - c. Menerapkan konseling kelompok dengan teori pendekatan pendekatan CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*) dengan teknik *delay gratification* (penunda kesenangan) sederhana.
 - d. Terapkan aturan yang di buat dan catat frekuensi perilaku hedonis selama 1 minggu.
- b) Observasi

Hasil observasi menunjukkan:

1. Selama pertemuan 1 semua remaja aktif berbagi pengalaman, Sebagian menyadari banyak hal yang mereka lakukan hanya karena terlihat di media sosia.
2. Selama minggu penerapan tugas rumah 6 remaja mampu mencatat perilaku dengan jelas dan mengidentifikasi pemicu dari media sosial.
3. Selama pertemuan 2 remaja menunjukkan kesadaran yang lebih tinggi tentang dampak hedonis. Sebagian sudah menolak mengikuti barang tren yang tidak sesuai dengan kondisi mereka. Perubahan yang terlihat pada pertemuan

ini masih berupa kesadaran awal, belum pada perubahan perilaku nyata.

c) Refleksi

Adapun perubahan yang terjadi:

1. Semua remaja mampu menjelaskan hubungan antara media sosial dengan perilaku hedonis remaja, kontrol diri remaja sudah mulai berkembang dan sebagian remaja sudah mulai menggunakan media sosial dengan bijak dan sehat.
2. Namun sebagian remaja masih terpengaruh oleh produk baru di media sosial, masih mementingkan penampilan dan gaya hidup modern, mencari perhatian di media sosial dan masih mengutamakan kesenangan pribadi.
3. Adapun faktor pendukung seperti, diskusi bersama membuat remaja tidak merasa sendirian dan lebih termotivasi untuk berubah.

Tabel IV. 8
Kondisi Perilaku Remaja Setelah Dilakukan Penerapan
Konseling Kelompok Siklus I

No	Nama	Indikator	Pra Siklus	Siklus I	Status Perubahan
1.	Arnis	a. mementingkan penampilan & Gaya Hidup Modern	✓	✓	Belum Berubah

		b. Mudah terpengaruh produk baru di medsos	✓	✓	Belum Berubah
		c. Mengutamakan kesenangan pribadi	✓	-	Sudah Berubah
		d. Mencari perhatian di media sosial	✓	-	Sudah Berubah
2.	Sintia	a. mementingkan penampilan & gaya hidup modern	✓	✓	Belum Berubah
		b. Mudah terpengaruh produk baru di media sosial	✓	✓	Belum Berubah
		c. mengutamakan kesenangan pribadi	✓	-	Sudah Berubah
		d. mencari perhatian di media sosial	✓	-	Sudah Berubah
3.	Nurul	a. mementingkan penampilan & gaya hidup modern	✓	-	Sudah Berubah
		b. Mudah terpengaruh produk baru di media sosial	✓	✓	Belum Berubah
		c. mengutamakan kesenangan pribadi	✓	✓	Belum Berubah
		d. mencari perhatian di media sosial	✓	-	Sudah Berubah
4.	Marito	a. mementingkan penampilan & gaya hidup modern	✓	-	Sudah Berubah

		b. Mudah terpengaruh produk baru di media sosial	✓	✓	Belum Berubah
		c. mengutamakan kesenangan pribadi	✓	✓	Belum berubah
		d. mencari perhatian di media sosial	✓	-	Sudah Berubah
5.	Lannid a	a. mementingkan penampilan & gaya hidup modern	✓	-	Sudah Berubah
		b. Mudah terpengaruh produk baru di media sosial	✓	-	Sudah Berubah
		c. Mengutamakan kesenangan pribadi	✓	✓	Belum Berubah
		d. Mencari perhatian di media sosial	✓	✓	Belum Berubah
6.	Sania	a. mementingkan penampilan & gaya hidup modern	✓	-	Sudah Berubah
		b. Mudah terpengaruh produk baru di media sosial	✓	-	Sudah Berubah
		c. mengutamakan kesenangan pribadi	✓	✓	Belum Berubah
		d. Mencari perhatian di media sosial	✓	✓	Belum Berubah

Berdasarkan Tabel IV.8, setelah diberikan layanan konseling kelompok pada Siklus I, seluruh subjek penelitian menunjukkan perubahan perilaku hedonis sebesar 50%. Persentase tersebut diperoleh karena masing-masing remaja mengalami perubahan pada 2 dari 4 indikator perilaku hedonis yang diamati.

Arnis mengalami perubahan sebesar 50%. Perubahan terlihat pada indikator mengutamakan kesenangan pribadi dan mencari perhatian di media sosial. Namun, Arnis masih menunjukkan perilaku mementingkan penampilan dan gaya hidup modern serta mudah terpengaruh produk baru di media sosial. Kondisi ini diduga karena Arnis masih memiliki keinginan untuk mengikuti tren yang sedang berkembang di lingkungan pergaulannya. Selain itu, paparan informasi dan promosi produk melalui media sosial masih memengaruhi ketertarikannya terhadap berbagai produk baru.

Sintia mengalami perubahan sebesar 50%. Perubahan terjadi pada indikator mengutamakan kesenangan pribadi dan mencari perhatian di media sosial. Akan tetapi, Sintia masih menunjukkan perilaku mementingkan penampilan dan gaya hidup modern serta mudah terpengaruh produk baru di media sosial. Hal ini diduga karena Sintia masih menganggap penampilan sebagai hal yang penting untuk menunjang

kepercayaan dirinya serta masih tertarik pada berbagai produk yang sedang populer di media sosial.

Nurul mengalami perubahan sebesar 50%. Perubahan terlihat pada indikator mementingkan penampilan dan gaya hidup modern serta mencari perhatian di media sosial. Namun, Nurul masih mudah terpengaruh produk baru di media sosial dan masih mengutamakan kesenangan pribadi. Kondisi ini menunjukkan bahwa Nurul masih memiliki ketertarikan terhadap produk yang sedang tren dan belum sepenuhnya mampu mengendalikan keinginan pribadi yang berorientasi pada kesenangan.

Marito mengalami perubahan sebesar 50%. Perubahan terjadi pada indikator mementingkan penampilan dan gaya hidup modern serta mencari perhatian di media sosial. Meskipun demikian, Marito masih mudah terpengaruh produk baru di media sosial dan masih mengutamakan kesenangan pribadi. Hal ini diduga karena pengaruh media sosial yang masih cukup kuat serta adanya keinginan untuk memperoleh kepuasan dan kesenangan pribadi.

Lannida mengalami perubahan sebesar 50%. Perubahan terlihat pada indikator mementingkan penampilan dan gaya hidup modern serta mudah terpengaruh produk baru di media sosial. Namun, Lannida masih mengutamakan kesenangan

pribadi dan masih mencari perhatian di media sosial. Kondisi ini menunjukkan bahwa Lannida masih memiliki kecenderungan untuk memperoleh kepuasan pribadi dan mendapatkan pengakuan dari lingkungan sosialnya, khususnya melalui media sosial.

Sania mengalami perubahan sebesar 50%. Perubahan terjadi pada indikator mementingkan penampilan dan gaya hidup modern serta mudah terpengaruh produk baru di media sosial. Akan tetapi, Sania masih mengutamakan kesenangan pribadi dan masih mencari perhatian di media sosial. Hal ini diduga karena Sania masih memiliki keinginan yang cukup tinggi untuk memperoleh kesenangan pribadi serta perhatian dari lingkungan sekitarnya melalui media sosial.

Secara keseluruhan, hasil Siklus I menunjukkan bahwa seluruh subjek penelitian mengalami perubahan perilaku hedonis sebesar 50%. Meskipun layanan konseling kelompok telah memberikan dampak positif terhadap penurunan perilaku hedonis, masih terdapat beberapa indikator yang belum mengalami perubahan pada masing-masing subjek. Oleh karena itu, diperlukan tindakan lanjutan pada Siklus II agar perubahan perilaku hedonis yang diharapkan dapat tercapai secara lebih optimal.

c. Pelaksanaan Tindakan Siklus II

1. Siklus II – Pertemuan Pertama (Minggu ke- 4)

a) Perencanaan

Pertemuan pertama siklus II bertujuan memperkuat kesadaran remaja terhadap perilaku hedonis akibat media sosial dan mendorong remaja mulai menerapkan strategi pengendalian diri untuk mengurangi kebiasaan hedonis untuk kesenangan sesaat.

b) Tindakan

1. Materi utama: Mengubah Pola Pikir dan Membangun Nilai Diri Positif.

2. Kegiatan:

a. Penjelasan materi tentang bagaimana mengubah pola pikir dan bagaimana membangun nilai diri positif.

b. Menerapkan konseling kelompok menggunakan teori pendekatan CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*) dengan teknik *cognitive restructuring* (mengubah pola pikir) yaitu mengubah pola pikir hedonis dengan langkah yaitu kenali pikiran yang muncul (“saya harus punya tas itu karena apabila aku memilikinya aku merasa senang”) setelah itu,

tantang kebenaran pikiran itu (“apakah tas itu benar-benar saya butuhkan?”). Ganti dengan pikiran baru (“nilai saya tidak tergantung pada barang yang saya miliki”).

c) Refleksi

Pertemuan pertama siklus II berjalan lebih lancar dibanding siklus I. Remaja sudah lebih paham konsep perilaku hedonis sehingga penjelasan materi "*cognitive restructuring*" dapat diterima dengan baik. Saat sesi praktik, 5 dari 6 remaja mampu menuliskan 1 pikiran hedonis miliknya dan menggantinya dengan pikiran rasional di lembar kerja. Diskusi kelompok juga lebih aktif karena remaja sudah saling kenal dari pertemuan sebelumnya. Kendala yang muncul yaitu 1 remaja masih ragu saat menantang pikirannya sendiri.

2. Siklus II – Pertemuan Kedua (Minggu ke- 5)

a) Materi utama: Membangun Gaya Hidup Konstruktif dan Rencana Pemeliharaan

b) Kegiatan:

1. Menerapkan konseling kelompok dengan menggunakan teori pendekatan CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*) menggunakan teknik

perencanaan perilaku (*behavioral planning*) dan komitmen pribadi.

2. Membuat rencana pemeliharaan: remaja membuat daftar Langkah yang akan dilakukan setelah penelitian selesai agar gaya hidup konstruktif tetap berlanjut.
3. Terapkan rencana pemeliharaan selama 1 minggu dan catat perkembangannya.

c) Observasi

Observasi tindak lanjut (*follow-up*)

1. Selama pertemuan 3 atau pertemuan 1 siklus II, remaja antusias mencoba mengubah pola pikir. Sebagian melaporkan mulai bisa melihat bahwa kesenangan tidak selalu datang dari barang baru.
2. Selama minggu penerapan tugas rumah, 6 remaja mampu melakukan aktivitas konstruktif seperti belajar desain video, poster, belajar memasak, ikut tren lari pagi, berkebun dengan menanam tanaman hias di teras dan mengurangi waktu melihat konten hedonis.
3. Selama pertemua 4 atau pertemuan 2 siklus II, remaja mampu membuat rencana pemeliharaan yang jelas dan sudah mulai memilih konten media sosial

yang lebih positif. Seperti melihat konten video seputar ilmu pengetahuan, video cara belajar cepat dan bahkan video yang ngajarin bahasa Inggris.

d) Refleksi

Perubahan yang terjadi:

1. remaja sudah mulai mampu mengubah cara berpikir tentang kesenangan pribadi, remaja mampu menggunakan media sosial yang positif dan mampu mengontrol diri untuk tidak terpengaruh oleh tren maupun produk di media sosial.
2. Hal yang belum berubah yaitu remaja terkadang masih terpengaruh oleh iklan produk baru, dan belum sepenuhnya mampu mengendalikan perilaku hedonisnya, namun sudah bisa mempertimbangkan dengan lebih matang.
3. Faktor pendukung yaitu dengan adanya identifikasi nilai diri positif membuat remaja lebih percaya diri dan tidak mudah terpengaruh. Karena sudah paham terhadap nilai dirinya seperti bakat dan hobinya sehingga tidak lagi mencari validasi dari orang lain.
4. Adapun faktor hambatan yaitu Iklan yang muncul secara otomatis di media sosial yang sulit di hindari

oleh remaja namun sudah tidak mudah untuk terpengaruh lagi.

Tabel IV. 9
Hasil Perubahan Perilaku Remaja Setelah Dilakuka
Penerapan Konseling Kelompok Siklus II

No	Nama	Indikator	Siklus I	Siklus II	Status Perubahan
1.	Arnis	a. mementingkan penampilan & Gaya Hidup Modern	✓	✓	Belum Berubah
		b. Mudah terpengaruh produk baru di medsos	✓	✓	Belum Berubah
		c. Mengutamakan kesenangan pribadi	-	-	Sudah Berubah
		d. Mencari perhatian di media sosial	-	-	Sudah Berubah
2.	Sintia	a. mementingkan penampilan & gaya hidup modern	✓	-	Sudah Berubah
		b. Mudah terpengaruh produk baru di media sosial	✓	✓	Belum Berubah
		c. mengutamakan kesenangan pribadi	-	-	Sudah Berubah
		d. mencari perhatian di media sosial	-	-	Sudah Berubah
3.	Nurul	a. mementingkan penampilan & gaya hidup modern	-	-	Sudah Berubah

		b. Mudah terpengaruh produk baru di media sosial	✓	✓	Belum Berubah
		c. mengutamakan kesenangan pribadi	✓	-	Sudah Berubah
		d. mencari perhatian di media sosial	-	-	Sudah Berubah
4.	Marito	a. mementingkan penampilan & gaya hidup modern	-	-	Sudah Berubah
		b. Mudah terpengaruh produk baru di media sosial	✓	✓	Belum Berubah
		c. mengutamakan kesenangan pribadi	✓	-	Sudah Berubah
		d. mencari perhatian di media sosial	-	-	Sudah Berubah
5.	Lannid a	a. mementingkan penampilan & gaya hidup modern	-	-	Sudah Berubah
		b. Mudah terpengaruh produk baru di media sosial	-	-	Sudah Berubah
		c. Mengutamakan kesenangan pribadi	✓	✓	Belum Berubah
		d. Mencari perhatian di media sosial	✓	✓	Belum Berubah
6.	Sania	a. mementingkan penampilan & gaya hidup modern	-	-	Sudah Berubah

		b. Mudah terpengaruh produk baru di media sosial	-	-	Sudah Berubah
		c. mengutamakan kesenangan pribadi	✓	✓	Belum Berubah
		d.Mencari perhatian di media sosial	✓	✓	Belum Berubah

Berdasarkan Tabel IV.9, hasil perubahan perilaku hedonis remaja setelah penerapan konseling kelompok pada Siklus II menunjukkan adanya peningkatan perubahan pada beberapa subjek penelitian. Persentase perubahan dihitung berdasarkan jumlah indikator perilaku hedonis yang telah mengalami perubahan dibandingkan dengan jumlah keseluruhan indikator yang diamati.

Arnis menunjukkan persentase perubahan sebesar 50% pada Siklus I dan tetap sebesar 50% pada Siklus II. Dengan demikian, tidak terjadi peningkatan perubahan pada Arnis. Pada Siklus II, Arnis masih menunjukkan perilaku mementingkan penampilan dan gaya hidup modern serta mudah terpengaruh produk baru di media sosial. Kondisi ini diduga karena Arnis masih memiliki keinginan yang kuat untuk mengikuti tren yang berkembang di lingkungan pergaulannya serta masih sering terpapar promosi produk melalui media sosial.

Sintia mengalami peningkatan perubahan dari 50% pada Siklus I menjadi 75% pada Siklus II. Peningkatan sebesar 25% ini terlihat dari berubahnya indikator mementingkan penampilan dan gaya hidup modern yang sebelumnya masih muncul pada Siklus I. Namun, Sintia masih menunjukkan perilaku mudah terpengaruh produk baru di media sosial. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh media sosial terhadap keputusan dan ketertarikan terhadap produk baru masih cukup kuat.

Nurul mengalami peningkatan perubahan dari 50% pada Siklus I menjadi 75% pada Siklus II. Peningkatan tersebut terjadi karena indikator mengutamakan kesenangan pribadi yang sebelumnya belum berubah pada Siklus I telah mengalami perubahan pada Siklus II. Meskipun demikian, Nurul masih mudah terpengaruh produk baru di media sosial karena masih memiliki ketertarikan terhadap produk yang sedang tren.

Marito mengalami peningkatan perubahan dari 50% pada Siklus I menjadi 75% pada Siklus II. Peningkatan sebesar 25% terjadi karena indikator mengutamakan kesenangan pribadi telah mengalami perubahan pada Siklus II. Akan tetapi, Marito masih mudah terpengaruh produk baru di media sosial.

Kondisi ini menunjukkan bahwa pengaruh media sosial terhadap ketertarikan pada produk baru masih menjadi faktor yang memengaruhi perilaku hedonis Marito.

Lannida menunjukkan persentase perubahan sebesar 50% pada Siklus I dan tetap sebesar 50% pada Siklus II. Lannida telah mengalami perubahan pada indikator mementingkan penampilan dan gaya hidup modern serta mudah terpengaruh produk baru di media sosial. Namun, indikator mengutamakan kesenangan pribadi dan mencari perhatian di media sosial masih tampak selama penelitian berlangsung. Kondisi ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial masih memengaruhi keinginan Lannida untuk memperoleh kepuasan pribadi dan mendapatkan perhatian dari lingkungan sosialnya.

Sania menunjukkan persentase perubahan sebesar 50% pada Siklus I dan tetap sebesar 50% pada Siklus II. Tidak terdapat peningkatan persentase perubahan pada Siklus II. Meskipun demikian, Sania telah mengalami perubahan pada indikator mementingkan penampilan dan gaya hidup modern serta mudah terpengaruh produk baru di media sosial. Sementara itu, indikator mengutamakan kesenangan pribadi dan mencari perhatian di media sosial masih tampak selama penelitian berlangsung. Kondisi ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial masih memengaruhi kecenderungan

Sania untuk memperoleh kesenangan pribadi serta mendapatkan perhatian atau pengakuan dari pengguna media sosial lainnya.

Secara keseluruhan, dari 24 indikator perilaku hedonis yang diamati pada 6 remaja, terdapat 15 indikator (62,5%) yang telah mengalami perubahan dan 9 indikator (37,5%) yang belum mengalami perubahan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penerapan konseling kelompok dengan teori CBT (Cognitive Behavioral Therapy) pada Siklus II memberikan dampak positif terhadap penurunan perilaku hedonis remaja yang dipengaruhi oleh media sosial. Perubahan terlihat dari berkurangnya sebagian besar indikator perilaku hedonis yang muncul pada subjek penelitian dibandingkan dengan kondisi pada siklus sebelumnya.

C. Analisa Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, penerapan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) memberikan pengaruh positif terhadap penurunan perilaku hedonis remaja akibat pengaruh media sosial di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas. Pada kondisi awal (pra siklus), seluruh subjek penelitian menunjukkan keempat indikator perilaku hedonis, yaitu mementingkan penampilan dan gaya hidup modern, mudah terpengaruh

produk baru di media sosial, mengutamakan kesenangan pribadi, dan mencari perhatian di media sosial.

Setelah diberikan layanan konseling kelompok pada Siklus I, terjadi perubahan perilaku hedonis sebesar 50%. Perubahan tersebut mulai terlihat setelah remaja mengikuti kegiatan *self-assessment* untuk mengenali perilaku hedonis yang sering mereka lakukan serta teknik *delay of gratification* yang membantu remaja belajar menunda keinginan yang muncul akibat pengaruh media sosial. Melalui kegiatan tersebut, remaja mulai menyadari bahwa tidak semua keinginan yang muncul harus segera dipenuhi dan mulai mampu membedakan antara kebutuhan dan keinginan.

Pada Siklus II, perubahan perilaku hedonis mengalami peningkatan menjadi 62,5%. Peningkatan ini didukung oleh penerapan teknik cognitive restructuring yang membantu remaja mengidentifikasi dan mengubah pola pikir yang kurang rasional, seperti anggapan bahwa mereka harus selalu mengikuti tren atau memiliki barang tertentu agar diterima oleh lingkungan sosial. Selain itu, teknik behavioral planning membantu remaja menyusun rencana perilaku yang lebih positif dan bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari.

Perubahan yang terjadi terlihat dari berkurangnya kecenderungan remaja dalam mementingkan penampilan dan gaya hidup modern, meningkatnya kemampuan mengendalikan keinginan yang berorientasi pada kesenangan pribadi, serta berkurangnya perilaku mencari perhatian di media sosial. Sebagian remaja juga mulai memanfaatkan media sosial

secara lebih positif, seperti mengakses konten edukatif, mengembangkan keterampilan, melakukan olahraga, belajar memasak, belajar mengedit foto dan video, serta melakukan kegiatan berkebun di lingkungan rumah.

Secara keseluruhan, dari 24 indikator perilaku hedonis yang diamati, sebanyak 15 indikator (62,5%) telah mengalami perubahan, sedangkan 9 indikator (37,5%) masih tampak pada subjek penelitian. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penerapan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) melalui teknik *self-assessment*, *delay of gratification*, *cognitive restructuring*, dan *behavioral planning* mampu membantu remaja meningkatkan kesadaran diri, mengubah pola pikir yang kurang rasional, serta mengurangi perilaku hedonis yang dipengaruhi oleh media sosial seperti Instagram dan Tiktok.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kondisi perilaku hedonis pada 6 remaja di Desa Roburan akibat pengaruh media sosial ditunjukkan melalui empat indikator, yaitu mementingkan penampilan dan gaya hidup modern, mudah terpengaruh produk baru di media sosial, mengutamakan kesenangan pribadi, serta mencari perhatian di media sosial. Pada tahap pra-siklus, seluruh remaja menunjukkan keempat indikator tersebut sehingga persentase perilaku hedonis mencapai 100%. Perilaku tersebut berdampak pada pemborosan, ketergantungan terhadap validasi sosial, menurunnya prioritas belajar, serta menimbulkan beban ekonomi dan kecemasan bagi orang tua.
2. Penerapan konseling kelompok dengan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) melalui teknik *self-assessment*, *delay of gratification*, *cognitive restructuring*, dan *behavioral planning* mampu membantu mengurangi perilaku hedonis remaja akibat pengaruh media sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada Siklus I terjadi perubahan sebesar 50%, yaitu 12 dari 24 indikator perilaku hedonis mengalami

perubahan. Pada Siklus II, perubahan meningkat menjadi 62,5%, yaitu 15 dari 24 indikator telah mengalami perubahan, sedangkan 9 indikator (37,5%) masih tampak pada subjek penelitian. Perubahan tersebut terlihat dari berkurangnya kecenderungan remaja dalam mementingkan penampilan dan gaya hidup modern, mengutamakan kesenangan pribadi, serta mencari perhatian di media sosial. Dengan demikian, konseling kelompok dengan pendekatan CBT terbukti mampu membantu mengurangi perilaku hedonis remaja yang dipengaruhi oleh media sosial di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.

B. Saran

1. Kepada remaja untuk menjauhi perilaku hedonisme sesuai dengan nilai-nilai Islam yang mengajarkan hidup sederhana, qana'ah, dan tidak berlebih-lebihan dalam memenuhi kebutuhan duniawi. Sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S. Al-Isra' ayat 26-27 yang melarang sikap boros dan menghambur-hamburkan harta. diharapkan remaja dapat lebih bijak dalam menggunakan uang, memprioritaskan kebutuhan daripada keinginan, serta terhindar dari perilaku yang dapat merugikan diri sendiri maupun keluarga.
2. Kepada orang tua diharapkan senantiasa membimbing dan menasihati remaja dalam menggunakan media sosial secara

bijak, serta menanamkan nilai-nilai agama seperti kesederhanaan, rasa syukur, dan kemampuan membedakan kebutuhan dan keinginan.

3. Kepada guru diharapkan aktif membimbing dan mengedukasi remaja agar bijak bermedia sosial serta menanamkan nilai kesederhanaan, tanggung jawab, dan pengendalian diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Q. (2024). *Media sosial (definisi, sejarah, dan jenis-jenisnya)*. Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya, Vol. 3. No. 6. <https://publisherqu.com/index.php/Al-Furqan>
- Abizar A & Syahrul A. (2022). *Persepsi mahasiswa Ilmu Komunikasi UINSU terhadap pengaruh media sosial sebagai pendorong gaya hidup hedonisme egoistis*. Kabilah: Journal of Social Community, Vol. 7. No. 2. <https://doi.org/10.35127/kabillah.v7i2.198>
- Afil F. S, et al. (2023). *Analisis gaya hidup hedonisme di era globalisasi mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang*. Jurnal Multidisipliner Kapalamada, Vol. 2. No. 4. <https://doi.org/10.62668/kapalamada.v2i04.839>
- Akmil R, et al. (2021). *Ikhtisar jurnal pengetahuan Islam*. Jurnal Pengetahuan Islam, Vol. 1. No. 1.
- Ali M. (2014). *Penerapan konseling kelompok realitas teknik WDEP untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Rojogampi Banyuwangi*. Jurnal Mahasiswa Bimbingan dan Konseling, Vol. 4. No. 3.
- Anita K.D.C. (2018). *Pengaruh konseling kelompok dengan teknik self management untuk mengurangi perilaku konsumtif siswa*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Arum W. P. (2017). *Efektivitas media sosial sebagai media promosi*. Tirtayasa Ekonomika, Vol. 12. No. 2.
- Batubara. (2010). *Adolescent development (perkembangan remaja)*. Jurnal Sari Pediatri, Vol. 12. No. 1. <https://doi.org/10.14238/sp12.1>
- Budi G. (2021). *Instrumen pengumpulan data penelitian*. Bandung: Pustaka Mandiri Nusantara.
- Dewi R. Bancin, Friska S, & Surya A. (2022). *Edukasi pendidikan kesehatan reproduksi remaja*. Jurnal Abdimas Mutiara, Vol. 3. No. 1.

- Dwi O. (2019). *Pengaruh media sosial terhadap gaya hidup mahasiswa IAIN Metro*. Skripsi, IAIN Metro.
- Elsa A. W& Prihatin D. (2023). *Identitas virtual gaya hedon mahasiswa di media sosial*. Prosiding URECOL, Vol. 11. No. 7.
- Febriady H. U& Satya A. P. (2025). *Bimbingan konseling kelompok: Sebuah buku ajar berbasis TPACK*. Jawa Tengah: Paradina Pustaka.
- Hilda R. (2021). *Komunikasi merek di media sosial & penerapannya pada TV berita*. Yogyakarta: Deepublish.
- Indah S & Rezi E. (2021). *Dampak penggunaan media sosial terhadap gaya hidup hedonis mahasiswa Universitas Tarumanagara*. Prologia, Vol. 5. No. 1. <https://doi.org/10.24912/pr.v5i1.8074>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2025). *Penerapan. Kamus Besar Bahasa Indonesia*. <https://kbbi.kemdikbud.go.id>
- Lexy J. M. (2000). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mufidatul M. (2022). *Hedonisme remaja sosialita*. TA'LIM: Jurnal Studi Pendidikan Islam, Vol. 5. No. 2. <https://doi.org/10.52166/talim.v5i2>
- Namora L & Hasnida. (2016). *Konseling kelompok*. Jakarta: Kencana.
- Nina J. P. (2024). *Dampak perilaku hedonis remaja pada teman sebaya*. Skripsi, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. (2000). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Rahmi P. R., et al. (2024). *Kecanduan sosial media dan kesehatan mental pada remaja*. Jurnal Magister Psikologi UMA, Vol. 16. No. 2. <https://doi.org/10.31289/analitika.v16i2.11705>
- Ramadhan R. (2020). *Perilaku konsumen: Hedonisme dalam perspektif Islam*. JESKAP.

- Ricky Y. S. N. I, et al. (2021). *Perilaku hedonis pada masa dewasa awal*. SENAPIH, Vol. 1. No. 1.
- Rizka M. (2017). *Pengaruh media sosial Instagram @awkarin terhadap gaya hidup hedonis remaja*. JOM FISIP, Vol. 4. No. 2.
- Rosady R. (2004). *Metode penelitian public relation dan komunikasi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Shafa N, et al. (2023). *Hubungan konsep diri dan intensitas penggunaan media sosial Instagram*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sofyan M. P, et al. (2024). *Analisis pertumbuhan pengguna internet di Indonesia*. Buletin Ilmiah, Vol. 2. No. 1.
- Sri N. (2019). *Kumpulan contoh laporan penelitian tindakan bimbingan konseling*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Sri W & Ardian Adi P. (2020). *Intensitas penggunaan Instagram dengan gaya hidup hedonis remaja*. Psychopolytan, Vol. 3. No. 2. <https://doi.org/10.36341/psi.v3i2.894>
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. (2003). *Metode penelitian pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Teguh L & Rudi S. (2019). *Karakteristik kepribadian dan gaya hidup hedonisme mahasiswa*. Jurnal Ilmu Perilaku, Vol. 3. No. 1.
- Veno D. K, et al. (2023). *Instagram and social media's influence on hedonistic lifestyle*. Formosa Sustainable Research, Vol. 2. No. 6. <https://doi.org/10.55927/fjsr.v2i6.4429>
- Wina S. (2009). *Penelitian tindakan kelas*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Yahya A. (2018). *Gereja dan pengaruh teknologi informasi*. Fidei, Vol. 1. No. 2.
- Yunus Said M. (2017). *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavioral Tehrapy Untuk Mengurangi Perilaku Hedonisme*. Skripsi: Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Zainal F & Sri A. H. (2023). *Konseling kelompok teknik self management dan realita*. Ghaidan, Vol. 7. No. 2. <https://doi.org/10.19109/ghaidan.v7i2>

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. IDENTITAS PRIBADI

- | | |
|-------------------------|---|
| 1. Nama | : Siska Damayanti Pasaribu |
| 2. Nim | : 2230200039 |
| 3. Jenis Kelamin | : Perempuan |
| 4. Tempat Tanggal Lahir | : Simarancar 27 Mei 2004 |
| 5. Anak ke | : 2 |
| 6. Kewarganegaraan | : Indonesia |
| 7. Status | : Mahasiswa |
| 8. Agama | : Islam |
| 9. Alamat Lengkap | : Desa Roburan Kecamatan
Sosa Kabupaten Padang Lawas |
| 10. Telepon | : 0852-6287-5900 |
| 11. E-mail | : yantisiska2704@gmail.com |

II. IDENTITAS ORANG TUA

- | | |
|--------------|---|
| 1. Ayah | |
| a. Nama | : Ruslan Pasaribu |
| b. Pekerjaan | : Wiraswasta |
| c. Alamat | : Desa Roburan Kecamatan
Sosa Kabupaten Padang Lawas |
| d. Telp/Hp | : 0853-7335-2418 |
| 2. Ibu | |
| a. Nama | : Hodijah Hasibuan |
| b. Pekerjaan | : Penjahit |
| c. Alamat | : Desa Roburan Kecamatan
Sosa Kabupaten Padang Lawas |

III. PENDIDIKAN

- | | |
|--------------------------|--------------------|
| 1. SD Negeri 1503 Ampolu | : Tamat Tahun 2016 |
| 2. SMP Negeri 2 Sosa | : Tamat Tahun 2019 |
| 3. SMK Negeri 1 Sosa | : Tamat Tahun 2022 |

Lampiran I

Pedoman Observasi

Untuk mengumpulkan data-data yang diperlukan dalam penelitian yang berjudul penerapan konseling kelompok dalam mengatasi gaya hidup hedonis remaja akibat media sosial di Desa Roburan Kecamatan Sosa kabupaten Padang Lawas:

1. Mengobservasi langsung di Lokasi penelitian di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.
2. Mengamati kondisi remaja yang mengalami gaya hidup hedonis akibat media sosial di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.
3. Mengamati kondisi remaja setelah melaksanakan konseling kelompok di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.

Lampiran II

Pedoman Wawancara

1. Pedoman Wawancara untuk remaja di desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.
 - a. Media sosial apa yang paling sering kamu gunakan?
 - b. Berapa lama biasanya kamu menggunakan media sosial dalam sehari?
 - c. Apa yang biasanya kamu lihat atau lakukan saat membuka media sosial?
 - d. Apakah kamu pernah tertarik membeli sesuatu setelah melihatnya di media sosial? Bisa diceritakan?
 - e. Barang seperti apa yang biasanya membuat kamu tertarik?
 - f. Apakah kamu merasa ingin memiliki barang yang sedang tren di media sosial? Mengapa?
 - g. Pernahkah kamu membeli sesuatu hanya karena ingin terlihat keren atau tidak ketinggalan zaman?
 - h. Seberapa penting menurutmu penampilan saat memposting di media sosial?
2. Pedoman wawancara untuk orang tua remaja di desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas
 - a. Bagaimana kebiasaan anak Bapak/Ibu dalam menggunakan media sosial sehari-hari?
 - b. Berapa lama biasanya anak Bapak/Ibu menggunakan media sosial?

- c. Apakah anak Bapak/Ibu sering meminta dibelikan barang yang sedang tren di media sosial?
 - d. Apakah Bapak/Ibu melihat perubahan gaya berpakaian atau penampilan anak karena pengaruh media sosial?
 - e. Apakah anak Bapak/Ibu terlihat lebih mementingkan kesenangan atau keinginan dibanding kebutuhan?
 - f. Apakah anak pernah memaksakan keinginan untuk membeli sesuatu?
3. Pedoman Wawancara untuk teman sebaya di desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.
- a. Bagaimana menurut Anda gaya hidup teman Anda sehari-hari?
 - b. Apakah ia termasuk sering mengikuti tren dari media sosial?
 - c. Apakah ia sering membeli atau membicarakan barang yang sedang viral?
 - d. Apakah ia terlihat mementingkan penampilan di media sosial?

Lampiran III

Dokumentasi

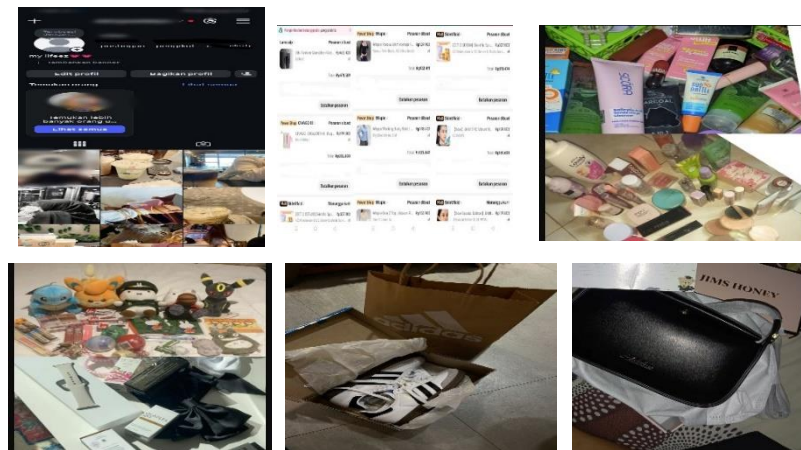
1. Dokumentasi wawancara dengan remaja mengalami gaya hidup hedonis akibat media sosial



2. Dokumentasi pelaksanaan konseling kelompok dengan remaja di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas



3. Bukti-bukti remaja hedonis di Desa Roburan





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan T. Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang Kota Padangsidempuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022 Website: uinsyahada.ac.id

Nomor : 113 /Un.28/F/TL.01/01/2026
Sifat : Penting
Lampiran : -
Hal : *Mohon Bantuan Informasi
Skripsi Mahasiswa*

14 Januari 2026

YTH. Kepala Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas

Di
tempat

Dengan Hormat, Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan menerangkan bahwa :

Nama : Siska Damayanti Pasaribu
NIM. : 2230200039
Fak/Prodi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/ BKI
Alamat : Desa Roburan Kevcamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas

adalah benar Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan yang sedang menyelesaikan Skripsi dengan judul **"Penerapan Konseling Kelompok Dalam Mengatasi Gaya Hidup Hedonis Remaja Akibat Media Sosial di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas"**.

Sehubungan dengan itu, kami bermohon kepada Kepala Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lwas untuk dapat memberikan izin pengambilan data dan informasi sesuai dengan maksud judul tersebut.

Demikian disampaikan atas perhatian Bapak kami ucapkan terimakasih.


Dekan

Dr. Magdalena, M.Ag.
NIP. 197403192000032001



PEMERINTAHAN KABUPATEN PADANG LAWAS

KECAMATAN SOSA

DESA ROBURAN

Jl. Lintas Riau, Desa Roburan, Kec. Sosa,
Kab. Padang Lawas, Kode Pos 22765

Desa Roburan, 16 Januari 2026

Nomor : 421/09/DR-SJ/I/2026
Lampiran : -
Perihal : Bantuan Informasi
Penyelesaian Skripsi
Kepada :
Bapak/ Ibu Dekan Fakultas Dakwah dan
Ilmu Komunikasi / BKI Universitas Islam Negeri
Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan.
Di Tempat

Dengan Hormat

Sehubungan dengan surat permohonan bantuan informasi penyelesaian skripsi Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi / BKI Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, Nomor 173/Un.28/F/TL.01/01/2026 Tanggal 14 Januari 2026, di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas, dengan ini kami sampaikan :

Nama : Siska Damayanti Pasaribu
NIM : 2230200039
Program Studi : Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi / BKI
Alamat : Desa Roburan
No HP : 085262875900

Nama tersebut diatas telah diberi bantuan melaksanakan kegiatan skripsi yang berjudul **Penerapan Konseling Kelompok Dalam Mengatasi Gaya Hidup Hedonis Remaja Akibat Media Sosial Di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.** Terhitung mulai 14 Januari s/d 10 Maret 2026 di Desa Roburan Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas.

Dengan surat balasan ini kami sampaikan, agar dapat diperlakukan seperlunya.

KEPALA DESA ROBURAN

HENRIK YUNI SAMOSIR