

**MEREDUKSI GAYA HIDUP HEDONISME MELALUI KONSELING
INDIVIDUAL PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE THERAPY
PADA SISWA/SISWI KELAS XI IPS-1 SMA TAMANSISWA
MEDAN TAHUN AJARAN 2018/2019**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas Dan Memenuhi Syarat-Syarat
Untuk mencapai Gelar Sarjana (S.Pd) Pada Program Studi
Bimbingan Dan Konseling*

Oleh :

DHITA AZHARI
NPM : 1502080185



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2019**

BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata I
Fakultas keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Selasa, 01 Oktober 2019, pada pukul 07.30 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan dan memutuskan bahwa :

Nama Lengkap : Dhita Azhari
NPM : 1502080185
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme Melalui Konseling Individual Pendekatan *Rational Emotive Therapy* Pada Siswa/Siswi Kelas XI IPS-1 SMA Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2018/2019

Ditetapkan : () Lulus Yudisium
() Lulus Bersyarat
() Memperbaiki Skripsi
() Tidak Lulus

Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)

PANITIA PELAKSANA

Ketua,

Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd., M.Pd.

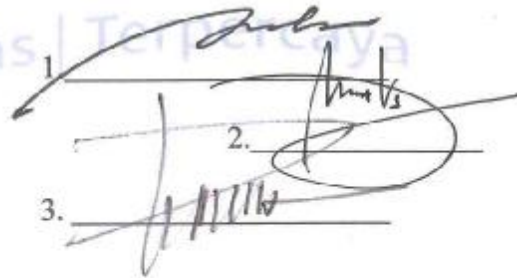


Sekretaris,

Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd.

ANGGOTA PENGUJI:

1. Dr. Hj. Sulhati Syam, M.A
2. Dra. Jamila, M.Pd
3. Drs. Zaharuddin Nur, M.M


1. _____
2. _____
3. _____



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jalan Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Webside : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Skripsi ini yang diajukan oleh mahasiswa di bawah ini :

Nama Lengkap : Dhita Azhari

N.P.M : 1502080185

Prog. Studi : Bimbingan Konseling

Judul Skripsi : Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme Melalui Konseling Individual Pendekatan *Rational Emotive Therapy* Pada Siswa/i Kelas XI IPS-1 SMA Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2018/2019

sudah layak disidangkan.

Medan, September 2019

Disetujui oleh :

Dosen Pembimbing


Drs. Zaharuddin Nur, M.M

Diketahui oleh :

Dekan

Ketua Program Studi


Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd, M.Pd


Dra. Jamila, M.Pd



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jalan Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Nama Lengkap : Dhita Azhari
N.P.M : 1502080185
Prog. Studi : Bimbingan Konseling
Judul Skripsi : Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme Melalui Konseling Individual Pendekatan *Rational Emotive Therapy* Pada Siswa/i Kelas XI IPS-1 SMA Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2018/2019

Tanggal	Materi Bimbingan Skripsi	Paraf	Keterangan
19/09/19	- Memperbaiki Tahun ajaran dibagian cover, abstrak, kata pengantar, latar belakang, metodologi		
20/09/19	- Memperbaiki penulisan bab 4 dan bab 5		
21/09/19	- Ditetapkan untuk sidang Meja Hijau		

Diketahui oleh :
Ketua Program Studi

Dra. Jamila, M.Pd

Medan, September 2019
Dosen Pembimbing

Drs. Zaharuddin Nur, M.M

SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Dhita Azhari
NPM : 1502080185
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Mereduksi Gaya Hedonisme Melalui Konseling Individual Pendekatan Rational Emotive Therapy Pada Siswa/i Kelas XI IPS 1 SMA Tamansiswa Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul diatas belum pernah diteliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempah (dibuat) oleh orang lain dan juga tergolong *Plagiat*.
3. Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, Agustus 2019

Hormat saya

Yang membuat pernyataan,



Dhita Azhari

Diketahui oleh
Ketua Program Studi
Pendidikan Bimbingan dan Konseling



Dra. Jamila, M.Pd

ABSTRAK

DHITA AZHARI. NPM 1502080185. Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme Melalui Konseling Individual Pendekatan Rational Emotive Therapy Pada Siswa/Siswi Kelas XI IPS-1 SMA Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2018/2019.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui layanan konseling individual dengan pendekatan rational emotive therapy dapat mereduksi gaya hidup hedonisme pada siswa/siswi kelas XI IPS-1 di SMA Tamansiswa Medan T.A 2018/2019. Jenis penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif. Subjek dalam penelitian ini adalah 3 orang siswa/siswi SMA Tamansiswa Medan T.A 2018/2019 yang memiliki gaya hidup hedonisme yang tinggi. Metode pengumpulan data menggunakan analisis data kualitatif deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya perubahan gaya hidup hedonisme pada siswa/siswi dari kategori tinggi menjadi rendah. Jadi gaya hidup hedonisme dapat direduksi melalui konseling individual pendekatan *rational emotive therapy* pada siswa/siswi SMA Tamansiswa Medan T.A 2018/2019.

Kata kunci : *Konseling Individual, Pendekatan Rational Emotive Therapy, Gaya Hidup Hedonisme.*

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Syukur Alhamdulillah penulis sampaikan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada manusia sehingga dapat berfikir dan merasakan segalanya. Satu dari sekian banyak nikmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme Melalui Konseling Individual Pendekatan Rational Emotive Therapy Pada Siswa/Siswi Kelas XI IPS-1 SMA Tamansiswa Medan Tahun Ajaran 2018/2019”**. Guna melengkapai tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar Sarjana (S.Pd) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling.

Shalawat dan salam penulis sanjungkan kepada nabi Muhammad SAW, yang telah membawa umatnya dari alam kebodohan ke alam berilmu pengetahuan seperti saat ini, semoga syafaatnya akan diperoleh di akhir kelak amin ya rabbal'alam.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dan masih banyak kekurangan baik dalam kemampuan pengetahuan dan penggunaan bahasa. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca.

Dari awal sampai akhir penulisan skripsi ini, penulisan telah banyak bimbingan moral maupun materi dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih setulusnya dan sebesar- besarnya kepada yang

teristimewa Ayahanda **Sutarno S.Pd** dan Ibunda tercinta **Supriati** yang telah membantu penulis baik bantuan moral maupun materil serta jerih payah mengasuh dan mendidik, kasih sayang, doa restu, nasehat dan pengorbanan yang tidak ternilai sangat besar pengaruhnya bagi keberhasilan dalam penyusunan skripsi ini, serta kepada Suami tercinta **Irawan Prasetyo**, dan anak tersayang **Arsyila Nafiza Qirani** dan juga kakak saya **Yafrina Liza S.Pd** dan **Ahmad Rifai** yang selalu memberikan keceriaan dan semangat sehingga terselesaikannya skripsi ini. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa segala upaya yang penulis lakukan dalam penyusunan skripsi ini tidak terlaksana dengan baik tanpa adanya bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. **Bapak Dr. Agussani, M.AP** Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. **Bapak Dr. Elfrianto Nasution, M.Pd** Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. **Ibunda Dra. Jamila, M.Pd** Selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. **Bapak Drs. Zaharuddin Nur, M.M** Selaku Sekretaris Program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Kaguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Dan juga selaku Dosen

Pembimbing yang meluangkan waktunya dalam mengarahkan penulis menyelesaikan skripsi ini.

5. **Bapak dan Ibu Dosen Program Bimbingan dan Konseling** yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
6. **Bapak Drs. Dwi Gatut Satriyono** selaku kepala sekolah SMA TAMANSISWA MEDAN yang telah memberikan kesempatan, waktu dan peluang untuk penulis melaksanakan penelitian hingga selesai.
7. **Ibu Nani Lestari S.Pd** selaku Guru Bimbingan dan Konseling telah membantu menulis dalam mengumpulkan data demi kelancaran dalam melaksanakan penelitian dan penyelesaian penulisan skripsi ini.
8. Terimakasih kepada sahabat saya yang sudah setia saling memberikan masukan dan meluangkan waktu bertukar pikiran : Putri Andayani, Intan Chairani, Aulia Rahma, dan Yulia Rizki Hafiz terima kasih atas dukungan kalian semua sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Terimakasih kepada seluruh keluarga yang telah memberikan saya motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Seluruh teman-teman Stambuk 2015 Jurusan Bimbingan dan Konseling khususnya di kelas A Siang

Akhirnya pada semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih semoga Allah SWT dapat memberikan balasan atas jasa dan bantuan yang telah diberikan. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan semoga ilmu yang penulis peroleh selama duduk di bangku perkuliahan dapat berguna bagi penulis sendiri, bagi masyarakat serta bidang pendidikan.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Medan, September 2019

Penulis

Dhita Azhari
NPM: 1502080185

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORITIS	8
A. Kerangka Teoritis.....	8
1. Pengertian Gaya Hidup	8
2. Pengertian Gaya Hidup Hedonisme.....	9
3. Karakteristik Gaya Hidup Hedonisme	10
4. Aspek-aspek Gaya Hidup Hedonisme	11
5. Faktor-Faktor Penyebab Hedonisme.....	12

6. Dampak Gaya Hidup Hedonisme	13
B. Konseling Individual	14
1. Pengertian Konseling Individual.....	14
2. Tujuan Konseling Individual	15
3. Proses Konseling Individual	17
4. Azas-Azas Dalam Konseling Individual.....	20
5. Langkah-langkah Konseling Individual.....	21
C. Pendekatan Konseling Rational Emotive Therapy.....	22
1. Pengertian Rational Emotive Therapy	22
2. Konsep Dasar Rational Emotive Therapy.....	23
3. Tujuan Rational Emotive Therapy.....	23
4. Ciri-ciri Rational Emotive Therapy	24
D. Kerangka Konseptual.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	28
1. Lokasi Penelitian.....	28
2. Waktu Penelitian.....	28
C. Subjek dan Objek	29
1. Subjek	29
2. Objek	29
D. Operasional Variabel Penelitian.....	30

E. Teknik Pengumpulan Data	30
1. Observasi.....	30
2. Wawancara.....	31
F. Teknik Analisis Data	33
1. Analisis Data Model Miles dan Huberman.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	36
A. Deskripsi Data.....	36
1. Gambaran Umum Sekolah.....	36
2. Identitas.....	36
3. Visi, Misi Sekolah Tamansiswa.....	37
4. Sarana dan Prasarana SMA Tamansiswa Medan.....	38
B. Data Guru dan Pegawai SMA Tamansiswa Medan	39
C. Data Siswa-Siswi di SMA Tamansiswa Medan.....	41
D. Deskripsi Hasil Penelitian.....	42
E. Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling SMA	
Tamansiswa Medan	43
F. Gaya Hidup Hedonisme Melalui Konseling	
Individual Pendekatan Rational Emotive Therapy	
Pada Siswa/Siswi Kelas XI IPS-1 di SMA Tamansiswa	46
G. Diskusi Hasil Penelitian	49
H. Keterbatasan Penelitian	50

BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	51
A. Kesimpulan		51
B. Saran		52

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rincian Waktu Pelaksanaan Penelitian.....	27
Tabel 3.2 Subjek Penelitian	27
Tabel 3.3 Objek Penelitian	28
Tabel 3.4 Pedoman Observasi Untuk Siswa	30
Tabel 3.5 Pedoman Wawancara dengan Guru BK	31
Tabel 3.6 Pedoman Wawancara dengan Siswa.....	34
Tabel 4.1 Sarana dan Prasarana Sekolah	39
Tabel 4.2 Data Guru / Pegawai SMA Tamansiswa Medan	41
Tabel 4.3 Data Jumlah Siswa.....	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	26
Gambar 3.1 Analisis Data Kualitatif.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Riwayat Hidup
- Lampiran 2. Rencana Pemberian Layanan Bimbingan dan Konseling
SMA Tamansiswa Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019
- Lampiran 3. Hasil Observasi Siswa
- Lampiran 4. Hasil Wawancara (Guru BK, Siswa)
- Lampiran 5. Struktur Organisasi SMA Tamansiswa Medan
- Lampiran 6. Form K-1
- Lampiran 7. Form K-2
- Lampiran 8. Form K-3
- Lampiran 9. Surat Pernyataan
- Lampiran 10. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Seminar Proposal
Skripsi
- Lampiran 11. Lembar Pengesahan Hasil Seminar Proposal
- Lampiran 12. Berita Acara Seminar Proposal
- Lampiran 13. Surat Izin Riset dari Kampus
- Lampiran 14. Surat Keterangan Balasan Riset dari Sekolah
- Lampiran 15. Berita Acara Bimbingan Skripsi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu hal yang sangat penting dan tidak dapat dipisahkan dari kehidupan seseorang, baik dalam keluarga, masyarakat, dan bangsa. Kemajuan suatu bangsa ditentukan oleh tingkat keberhasilan pendidikan. Keberhasilan pendidikan akan dicapai suatu bangsa apabila ada usaha untuk meningkatkan mutu pendidikan bangsa itu sendiri. Pendidikan adalah usaha sadar untuk menumbuh kembangkan potensi sumber daya manusia, dengan pendidikan manusia bisa berbudaya

Pendidikan dalam perpektif kebijakan, kita telah memiliki rumusan formal dan operasional, sebagaimana dalam UU No.20 Tahun 2003 tentang SIKKNAS yaitu : pendidikan adalah usaha dasar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki keputusan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Salah satu tujuan pendidikan adalah untuk membentuk manusia yang baik dan berbudi pekerti yang luhur menurut cita-cita dan nilai-nilai dari masyarakat, serta salah satu tujuan pendidikan adalah untuk mencerdaskan bangsa salah satu yang dapat digunakan dalam rangka mensukseskan tujuan pendidikan adalah melakukan proses belajar dan mengajar, dan dalam merumuskan proses belajar mengajar itu dibutuhkan pendidikan dalam hal ini adalah pendidikan formal.

Gaya hidup selalu mengalami perubahan seiring perkembangan zaman. Kehidupan yang semakin modern membawa manusia pada pola perilaku yang unik, yang membedakan individu satu dengan individu lainnya dalam persoalan gaya hidup. Bagi sebagian orang gaya hidup merupakan suatu hal yang penting karena dianggap sebagai sebuah bentuk ekspresi diri. Gaya hidup merupakan gambaran bagi setiap orang, seberapa besar nilai moral orang tersebut dalam masyarakat disekitarnya.

Menurut Adler (Trimartati, 2014:20) bahwa “gaya hidup merupakan cara yang unik dari setiap orang berjuang mencapai tujuan khusus yang telah ditentukan orang itu dalam kehidupan tertentu dimana seorang individu berada”. Perilaku gaya hidup Hedonisme yang tampak dikalangan remaja saat ini, disamping adanya perubahan dari kehidupan masyarakat modern, diyakini pula adanya perubahan pada proses perkembangan individu. Hal ini ditandai dengan keinginan untuk mandiri dan mencari konsep diri. Semakin bertambahnya zaman dan semakin canggihnya teknologi, maka semakin berkembang luas pula penerapan gaya hidup oleh manusia dalam kehidupan sehari-hari. Gaya hidup juga dapat memberikan pengaruh positif atau negatif bagi yang menjalankannya, itu tergantung pada bagaimana orang tersebut. Salah satu pengaruh perkembangan zaman adalah semakin maraknya gaya hidup Hedonisme di kalangan remaja.

Amstrong (Trimartati, 2014:21) mengatakan bahwa “Gaya hidup Hedonisme adalah suatu pola hidup yang aktivitasnya untuk mencari kesenangan hidup, seperti lebih banyak menghabiskan waktu diluar rumah, lebih banyak bermain”. Senang pada keramaian kota, senang membeli barang mahal yang

disenangnya, serta selalu ingin menjadi pusat perhatian. Gaya hidup antara individu satu dengan yang lainnya akan berbeda. Gaya hidup menunjukkan bagaimana seorang mengatur kehidupan pribadinya, kehidupan masyarakat, perilaku di depan umum, dan upaya membedakan statusnya dari orang lain melalui lambang-lambang sosial.

Gaya hidup Hedonisme merupakan wujud dari ekspresi dari perilaku eksperimental tersebut masih dipandang wajar apabila tidak memunculkan pola perilaku yang dominan pada kesenangan hidup dari pada kegiatan belajar. Hedonisme sebagai fenomena dan gaya hidup sudah tercermin dari perilaku mereka sehari-hari. Siswa tersebut selalu berupaya untuk bisa hidup mewah, berfoya-foya dan nongkrong di cafe, mall dan plaza tanpa harus bekerja keras untuk mendapatkan apa yang ia mau. Pendidikannya juga tak diutamakannya, ketika mulai bosan dengan kegiatan belajar ia terus permisi keluar dan pergi bersama teman-temannya, siswa yang memiliki gaya hidup hedonisme juga selalu ingin tampil cantik dan mewah di depan publik.

Fenomena yang muncul, ada kecenderungan untuk lebih memilih hidup enak, mewah, dan serba kecukupan tanpa harus bekerja keras. Status “remaja yang gaul dan *funky*” baru melekat bila mampu memenuhi standar *tren* saat ini. Yaitu minimal harus mempunyai *gadget smartphone*, lalu baju serta dandanan yang selalu mengikuti mode. Beruntung bagi mereka yang termasuk dalam golongan berduit, sehingga dapat memenuhi semua tuntutan kriteria tersebut. Akan tetapi bagi yang tidak mampu dan ingin cepat seperti itu, pasti jalan pintaslah yang akan ditempuh. Dampak buruk dari gaya hidup Hedonisme

menurut (Daulay, 2016:13) adalah individualisme, pemalas, pergaulan bebas, konsumtif, diskriminasi, egois, dan boros.

Gaya hidup Hedonisme sudah menjadi tren masa kini., menjadi prioritas bagi sebagian siswa dan tidak mementingkan pendidikan lagi, sekolah hanya menjadi ikutan-ikutan saja.

Masalah-masalah ini tentunya tidak dapat dibiarkan begitu saja, karena akan mempengaruhi perilaku remaja ke depannya. Oleh karena itu, peran guru BK sangat penting karena diperlukan untuk mengarahkan, membimbing, dan mendampingi siswa dalam menghadapi masalah-masalah tersebut disekolah.

Konseling individual mempunyai beberapa model atau pendekatan konseling salah satunya adalah *rational emotive therapy*. Terapi rasional emotif menekankan peran pemikiran dan sistem kepercayaan, peneliti akan menggunakan pendekatan rasional emotif. Salah satu pandangan pendekatan ini adalah bahwa permasalahan yang dimiliki seseorang bukan disebabkan oleh lingkungan dan perasaannya, akan tetapi pada sistem keyakinan dan cara memandang lingkungan disekitarnya. Gangguan emosional akan mempengaruhi keyakinan, bagaimana seseorang itu menilai dan menginterpretasikan apa yang telah terjadi padanya. Jika emosi seseorang terganggu, maka terganggu pula pola pikir yang dimilikinya, dengan demikian akan timbul pola pikir yang irrasional.

Pendekatan rasional emotif yaitu memfokuskan diri cara berfikir manusia yang berpatokan pada keyakinannya merupakan penyebab masalah emosional siswa yang bermasalah tersebut. Hal ini yang dijadikan acuan bagi konselor untuk mengubah cara berpikinya. Tujuan utama yang ingin dicapai dalam rasional

emotif adalah memperbaiki dan mengubah sikap individu dari segi cara berfikir dan keyakinan yang irrasional menuju cara berpikir yang rasional, sehingga klien dapat meningkatkan kualitas diri dan kebahagiaan hidupnya.

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan diatas, maka peneliti merasa penting untuk meneliti **“Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme melalui Konseling Individual Pendekatan *Rational Emotive Therapy* pada Siswa/Siswi kelas XI IPS-1 di SMA Tamansiswa Medan T.A 2018/2019”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dalam penelitian ini, yaitu :

- 1) Sebagian siswa bergaya hidup Hedonisme.
- 2) Sebagian siswa berperilaku konsumtif.
- 3) Pendekatan Rational Emotive Therapy (RET) konseling jarang dilakukan.
- 4) Sebagian siswa cenderung tidak disiplin.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan uraian identifikasi masalah di atas, maka perlu adanya pembatas terhadap masalah itu agar penelitian lebih terarah, peneliti membatasinya mengenai **“Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme Melalui Konseling Individual Pendekatan *Rational Emotive Therapy* Pada Siswa/Siswi Kelas XI IPS-1 di SMA Tamansiswa Medan T.A 2018/2019”**.

D. Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah Melalui Layanan Konseling Individual Pendekatan *Rational Emotive*

Therapy Dapat Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme Pada Siswa/Siswi Kelas XI IPS-1 di SMA Tamansiswa Medan T.A 2018/2019?.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui konseling individual pendekatan *rational emotive therapy* dalam mereduksi gaya hidup hedonisme dikalangan siswa/siswi kelas XI IPS-1 di SMA Tamansiswa Medan T.A 2018/2019.

F. Manfaat Penelitian

Adapun hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat secara teoritis maupun praktis;

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang ilmu pendidikan khususnya dibidang bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan konseling individual pendekatan *rational emotive therapy*.

2. Manfaat Praktis

2.1 Bagi Kepala Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai program dalam menambah pengetahuan untuk bekerjasama dengan guru BK dalam memberikan layanan kepada siswa.

2.2 Bagi Guru BK

Dapat dijadikan masukan untuk membimbing anak siswanya agar menggunakan layanan konseling individual pendekatan rasional emotif

untuk meminimalisir gaya hidup Hedonisme pada siswa dan untuk masalah lainnya.

2.3 Bagi Siswa

Setelah mendapatkan konseling siswa diharapkan mampu mengurangi gaya hidup Hedonisme.

2.4 Bagi Orang Tua

Dapat lebih mengontrol anaknya dirumah dan lingkungan pergaulannya. Orang tua dapat bekerja sama dengan guru dalam mengontrol tingkah laku anaknya dilingkungan sekolah.

2.5 Bagi Peneliti

Sebagai bahan masukan untuk melaksanakan konseling individual disekolah terutama dalam mengurangi gaya hidup Hedonisme.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kerangka Teoritis

1. Pengertian Gaya Hidup

Gaya hidup didefinisikan sebagai cara hidup yang diidentifikasi oleh bagaimana orang menghabiskan waktu (aktivitas), apa yang mereka anggap penting dalam lingkungannya (ketertarikan), dan apa yang mereka pikirkan tentang diri mereka sendiri dan juga dunia di sekitarnya (pendapat). Menurut Anggraini (dalam Patricia & Handayani, 2014:12) "gaya hidup merupakan pendorong dasar yang mempengaruhi kebutuhan dan sikap individu, juga mempengaruhi aktivitas pembelian dan penggunaan produk. Dengan demikian, gaya hidup adalah aspek utama yang mempengaruhi proses pengambilan keputusan seseorang dalam membeli produk. Gaya hidup sering dihubungkan dengan kelas sosial ekonomi dan menunjukkan citra seseorang. Gaya hidup yang ditunjukkan dalam variasi keputusan citra rasanya. Dalam hal merek, merek bukanlah sekedar nama. Di dalamnya terkandung sifat, makna, arti dan isi produk bersangkutan bahkan dalam perkembangannya lebih lanjut merek akan menandai simbol dan status dari produk tersebut.

Menurut Adler (Trimartati, 2014:20) bahwa "gaya hidup merupakan cara yang unik dari setiap orang dalam berjuang mencapai tujuan khusus yang telah ditentukan orang itu dalam kehidupan tertentu dimana seseorang individu berada". Perilaku gaya hidup Hedonisme yang tampak dikalangan mahasiswa saat ini, disamping adanya perubahan dari kehidupan masyarakat modern, diyakini

pula adanya perubahan pada proses perkembangan individu. Hal ini ditandai dengan keinginan untuk mandiri dan mencari konsep diri.

Menurut Kotler, (2005:210)“gaya hidup adalah pola hidup seseorang di dunia yang diekspresikan dalam aktivitas, minat, dan opini”. Hal ini berarti gaya hidup adalah perpaduan antara kebutuhan ekspresi diri dan harapan kelompok terhadap seseorang dalam bertindak berdasarkan pada norma yang berlaku. Oleh karena itu banyak diketahui macam gaya hidup yang berkembang di masyarakat sekarang misalnya gaya hidup Hedonisme, gaya hidup Metropolis, dan lain sebagainya.

2. Pengertian Gaya Hidup Hedonisme

Hedonisme adalah pandangan hidup yang menganggap bahwa kesenangan dan kenikmatan materi adalah tujuan utama hidup. Bagi para penganut paham ini, bersenang-senang, pesta pora, merupakan tujuan utama hidup, entah itu menyenangkan bagi orang lain atau tidak. Karena mereka beranggapan hidup ini hanya sekali, sehingga mereka merasa ingin menikmati hidup senikmat-nikmatnya. Didalam lingkungan penganut paham ini, hidup dijalani dengan sebebaskan-bebasnya demi memenuhi hawa nafsu yang tanpa batas.

Amstrong (Trimartati, 2014:21) mengatakan bahwa “gaya hidup Hedonisme adalah suatu pola hidup yang aktivitasnya untuk mencari kesenangan hidup, seperti lebih banyak menghabiskan waktu diluar rumah, lebih banyak bermain, senang pada keramaian kota, senang membeli barang mahal yang disenanginya, serta selalu menjadi pusat perhatian”. Gaya hidup antara individu satu dengan yang lainnya akan berbeda. Gaya hidup menunjukkan bagaimana

seseorang mengatur kehidupan pribadinya, kehidupan masyarakat, perilaku didepan umum, dan upaya membedakan statusnya dari orang lain melalui lambang-lambang sosial.

3. Karakteristik Gaya Hidup Hedonisme

Rahardjo dan Silalahi (2007:34) mengungkapkan karakteristik individu yang memiliki gaya hidup hedonis adalah sebagai berikut :

- 1) Pada umumnya hidup adan tinggal dikota besar, dimana hal ini tentu saja berkaitan dengan kesempatan akses informasi, secara jelas akan mempengaruhi gaya hidup.
- 2) Memiliki pandangan gaya instan, memperoleh suatu keinginan atau tujuannya tanpa melalui proses dan menghalalkan segala cara untuk mendapatkannya.
- 3) Menjadi pengejar modernitas fisik. Biasanya orang yang memiliki gaya hidup Hedonisme akan selalu mengikuti perkembangan zaman dalam hal barang-barang. Mereka ingin menjadi orang terdepan untuk memiliki barang tersebut.
- 4) Memiliki relativitas kenikmatan diatas rata-rata yang tinggi. Relativitas ini berarti suatu yang bagi masyarakat umum sudah masuk ke tataran kenikmatan atau dapat disebut enak, namun baginya itu tidak enak.
- 5) Memenuhi banyak keinginan-keinginan spontan yang muncul. Dalam penjabaran benteng penahan kesenangan yang sangat sedikit sehingga ketika orang menginginkan sesuatu harus segera dipenuhi. Artinya, tidak ada pertimbangan secara luas sebelum menentukan apakah keinginanya tersebut harus dipenuhi atau tidak.

- 6) Beberapa uang yang dimiliki akan habis atau tersisa sedikit dengan skala uang yang dimiliki berada dihidup orang menengah dan tidak ada musibah selama memegang uang tersebut.
- 7) Berasal dari kalangan berada dan memiliki banyak uang karena banyaknya materi yang dibutuhkan sebagai penunjang gaya hidup.
- 8) Secara intens mengikuti perkembangan fashion dimajalah-majalah mode agar dapat mengetahui perkembangan mode terakhir yang gampang diikuti.
- 9) Umumnya memiliki penampilan yang modis, dan sangat memperhatikan penampilan. Individu yang memiliki gaya hidup Hedonisme selalu berusaha untuk menjadi beda dari orang lain, bahkan mereka membawa alat-alat pendukung penampilan mereka kemana pun mereka pergi.

4. Aspek-Aspek Gaya Hidup Hedonisme

Aspek-aspek dalam penelitian ini mengacu pada teori yang dikemukakan Engel,dkk (Trimartati, 2014:22), ada tiga aspek dalam gaya hidup Hedonisme diantaranya adalah :

- 1) Minat

Minat diartikan suatu yang menarik dari suatu lingkungan individu tersebut dalam memperhatikannya. Minat dapat muncul terhadap suatu objek peristiwa, atau topik yang menekan pada unsur kesenangan hidup. Antara lain adalah fashion, makanan, benda-benda mewah, tempat berumpul, dan ingin selalu ingin menjadi pusat perhatian.

2) Aktivitas

Aktivitas yang dimaksud adalah cara individu menggunakan waktunya yang berwujud tindakan nyata yang dapat dilihat. Misalnya lebih banyak menghabiskan waktu diluar rumah, lebih banyak membeli barang-barang yang kurang diperlukan, pergi ke pusat perbelanjaan dan cafe.

3) Opini

Opini adalah tanggapan baik lisan maupun tulisan yang diberikan individu tentang dirinya sendiri dan produk-produk yang berkaitan dengan kesenangan hidupnya. Opini merupakan cara pandang individu untuk membela dan mempertahankan gaya hidup tersebut, opini sekaligus menjelaskan apa saja hal-hal yang diperlukan atau harus dilakukan untuk menunjang gaya hidupnya.

5. Faktor-Faktor Penyebab Hedonisme

Secara umum ada dua faktor yang menyebabkan seorang siswa atau masyarakat menjadi Hedonisme. Yaitu faktor ekstern yang meliputi media dan lingkungan sosial serta faktor intern yang meliputi keyakinan dalam beragama dan keluarga. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut :

1) Faktor Ekstern

Derasnya arus industrialisasi dan globalisasi yang menyerang masyarakat merupakan faktor yang tak dapat dielakan. Nilai-nilai yang dulu dianggap tabu kini dianggap biasa. Media komunikasi, khususnya media internet dan iklan memang sangat bersinggungan dengan masalah etika dan moral. Melalui simbol-simbol imajinatif media

komunikasi massa jelas sangat memperhitungkan dan memanfaatkan nafsu, perasaan, dan keinginan.

2) *Faktor Intern*

Sementara itu dilihat dari sisi intern, lemahnya keyakinan agama seseorang juga berpengaruh terhadap perilaku sebagian masyarakat yang mengagungkan kesenangan dan hura-hura semata. Binzar Situmorang menyatakan bahwa, “Kerohanian seseorang menjadi tolak ukur dalam kehidupan sehari-hari, khususnya bagi mereka yang suka mengejar kesenangan”. Disamping itu keluarga juga memegang peranan terbesar dalam pembentukan sikap dan perilaku individu. Hal ini karena pola asuh orang tua akan membentuk kebiasaan anak yang secara tidak langsung mempengaruhi pola hidupnya.

6. Dampak Gaya Hidup Hedonisme

Banyak sekali dampak buruk dari perilaku Hedonisme. Contoh dampak dari gaya hidup Hedonisme (Daulay, 2016:13) adalah :

1) Individualisme

Orang yang sudah terkena penyakit Hedonisme cenderung tidak memerlukan bantuan orang lain. Mereka merasa sudah mampu hidup sendiri, tetapi kenyataannya tidak begitu. Manusia merupakan makhluk sosial.

2) Pemasal

Malas merupakan akibat dari Hedonisme karena mereka selalu menyia-nyaiakan waktu

3) Pergaulan Bebas

Pengikut paham Hedonisme dapat terjebak dalam pergaulan bebas dimana mereka selalu berada dalam dunia malam, seperti : Clubbing, Pesta narkoba, dan seks bebas.

4) Konsumtif

Hedonisme cenderung konsumtif, mereka menghabiskan uang untuk membeli barang-barang yang hanya untuk kesenangan semata tanpa didasari kebutuhan.

5) Diskriminasi

Sikap membedakan stratifikasi sosial, dan merasa bahwa dirinya lebih tinggi atau berbeda kelas dari orang lain.

6) Egois

Hedonisme cenderung pada sifat mementingkan diri sendiri, tanpa memperdulikan orang lain, yang terpenting kesenangannya tercapai.

7) Boros

Menghambur-hamburkan uang untuk membeli berbagai barang yang tidak penting, hanya untuk sekedar pamer merk dan barang mahal.

B. Konseling Individual

1. Pengertian Konseling Individual

Konseling individual adalah bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendiri, dan dapat menyesuaikan diri secara positif.

Menurut Prayitno dan Amti (2016:288) “konseling individual dimaksudkan sebagai pelayanan khusus dalam hubungan langsung tatap muka

antara konselor dan klien”. Dalam hubungan itu masalah klien dicermati dan diupayakan pengentasannya, sedapat-dapatnya dengan kekuatannya sendiri.(Willis 2010 : 35) mendefinisikan bahwa “konseling individual adalah bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa mampu mengatasi masalah sendiri, dan dapat menyesuaikan diri secara positif”. Berdasarkan dari beberapa defenisi para ahli diatas peneliti menyimpulkan bahwa konseling individual merupakan bentuk hubungan tatap muka langsung antara konselor dan konseling dalam upaya memberikan bantuan yang bertujuan untuk mengentaskan, mengembangkan potensi, memandirikan serta mengatasi masalahnya sendiri secara positif.

Konseling individual adalah kunci dari semua kegiatan bimbingan dan konseling. Oleh karena itu, dengan menguasai teknik-teknik konseling individual berarti akan mudah menjalankan proses konseling yaitu mendorong untuk mengembangkan potensi klien, agar dia mampu bekerja efektif, produktif dan menjadi manusia mandiri. Disamping itu, tujuan konseling adalah agar klien mencapai kehidupan berdaya guna untuk keluarga, masyarakat dan bangsanya.Satu hal yang paling penting dari tujuan konseling adalah agar meningkatkan keimanan dan ketakwaan klien, sehingga klien menjadi manusia yang seimbang antara pengembangan intelektual-sosial-emosional, dan moral relegius.

2. Tujuan Konseling Individual

Pada dasarnya tujuan konseling individual adalah untuk membantu individu mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahapan

perkembangan yang dimilikinya, serta sesuai dengan tuntutan positif lingkungannya.

Hamrin dan Clifford (dalam Prayitno & Amti, 2016:112) mengemukakan “Tujuan konseling untuk membantu individu membuat pilihan-pilihan, penyesuaian dan interpretasi dalam hubungannya dengan situasi-situasi tertentu”.

Prayitno (2016:4) menerangkan bahwa tujuan konseling individu dapat diperinci dan secara langsung dikaitkan dengan fungsi-fungsi konseling secara menyeluruh diembannya : pertama, melalui layanan konseling individu klien memahami seluk-beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komprehensif, serta positif dan dinamis (fungsi pemahaman). Kedua, pemahaman itu mengarah kepada dikembangkannya persepsi dan sikap serta kegiatan demi terentasnya secara spesifik masalah yang dialami klien itu (fungsi pengentasan).Ketiga, pengembangan dan pemeliharaan potensi klien dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah klien dapat dicapai (fungsi pengembangan/pemeliharaan).Keempat, pengembangan/ pemeliharaan potensi dan unsur-unsur positif yang ada pada diri klien, diperkuat dengan terentasnya masalah, merupakan kekuatan bagi tercegah menjalarnya masalah yang sedang dialami itu, serta (diharapkan) tercegah pula masalah-masalah baru yang mungkin timbul (fungsi pencegahan). Kelima, apabila masalah klien menyangkut dilanggarnya hak-hak klien sehingga klien teraniaya dalam kadar tertentu, layanan konseling individu dapat melayani sasaran yang bersifat advokasi (fungsi advokasi).

Dari defenisi diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling individu untuk membantu individu membuat pilihan-pilihan, penyesuaian-penyesuaian dan interpretasi-interpretasi dalam hubunganya dengan situasi-situasi tertentu.

3. Proses Konseling Individual

Proses konseling terlaksana karena hubungan konseling berjalan dengan baik. Menurut Brammer (Willis 2010:50) Proses konseling adalah peristiwa yang tengah berlangsung dan memberi makna bagi para peserta konseling tersebut (konseling dan klien). Secara umum, proses konseling terdiri dari tiga tahapan, yaitu : (1) Tahap mendefinisikan masalah (tahap awal); (2) Tahap atau fase bekerja dengan defisini masalah (tahap pertengahan); (3) Tahap keputusan untuk berbuat (tahap akhir).

3.1 Tahap Awal

Tahap ini terjadi dimulai sejak klien menemui konselor hingga berjalan sampai konselor dan klien menemukan masalah klien. Pada tahap ini beberapa hal yang perlu dilakukan, diantaranya :

- a) Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien. Adanya hubungan yang bermakna antara konselor dengan klien, hubungan tersebut dinamakan *a working relationship* – Hubungan yang berfungsi, bermakna dan berguna, kunci keberhasilannya terletak pada : (1) keterbukaan klien artinya dapat dipercaya oleh klien, jujur, asli, mengerti dan menghargai; (2) keterbukaan klien artinya dia dengan jujur mengungkapkan isi hati, perasaan, harapan dan sebagainya; (3) konselor mampu melibatkan klien terus menerus dalam proses konseling.

- b) Memperjelas dan mendefinisikan masalah. Konselor harus membantu memperjelas masalah. Mengembangkan potensi dan membantu mendefinisikan masalahnya bersama-sama.
- c) Membuat penaksiran dan penjajakan. Konselor berusaha menjajaki atau menaksir kemungkinan masalah dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien, dan menentukan berbagai alternative yang sesuai, untuk mengantisipasi masalah yang dihadapi klien.
- d) Menegosiasi kontrak. Membangun perjanjian antara konselor dengan klien, berisi : (1) kontrak waktu, yaitu berapa lama waktu pertemuan yang diinginkan oleh klien dan konselor dan konselor tidak keberatan; (2) kontrak tugas, yaitu berbagi tugas antara konselor dan klien; dan (3) kontrak kerjasama dalam proses konseling, yaitu terbinanya peran dan tanggung jawab bersama antara konselor dan konseling dalam seluruh rangkaian kegiatan konseling.

3.2 Pertengahan (Tahap Kerja)

Setelah tahap awal dilaksanakan dengan baik, proses konseling selanjutnya adalah memasuki tahap inti atau tahap kerja. Pada tahap ini memfokuskan pada : (1) penjelajahan masalah klien; (2) bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan pada penilaian kembali pada apa yang telah dijelajah tentang masalah klien.

Adapun tujuan tahap pertengahan ini yaitu : (1) menjelajahi dan mengeksplorasi masalah klien lebih dalam. Penjelajahan masalah dimaksudkan agar klien mempunyai perspektif dan alternative baru terhadap masalah yang sedang dialaminya. Konselor melakukan reassessment (penilaian kembali),

bersama-sama klien meninjau kembali permasalahan yang dihadapi klien; (2) menjaga agar hubungan konseling tetap terpelihara. Hal ini dapat terjadi jika : pertama, klien terlihat senang terlibat dalam wawancara konseling, serta menampakan kebutuhan untuk mengembangkan potensi diri dan memecahkan masalahnya. Kedua, konselor berupaya kreatif dengan keterampilan yang bervariasi baik dalam hal kenyamanan klien saat konseling maupaun menemukan alternative pemecahan masalahnya; (3) proses konseling agar berjalan sesuai kontrak. Konselor dan klien harus selalu menjaga perjanjian dan mengingatnya dalam pikirannya agar benar-benar memperlancar proses konseling. Hal lain yang perlu ditekankan antara lain: pertama, mengkomunikasikan nilai-nilai inti agar klien selalu jujur, terbuka dan menggali lebih dalam masalahnya. Kedua, menantang klien sehingga dia mempunyai strategi dan rencana baru dari beberapa alternatif untuk meningkatkan dirinya.

3.3 Akhir (Tahap Tindakan)

Pada tahap akhir ini terdapat beberapa indikator keberhasilan konseling yaitu : (1) menurunnya kecemasan klien; (2) mempunyai rencana hidup yang praktis, pragmatis dan berguna; (3) adanya perjanjian akan pertemuan selanjutnya. Sedangkan untuk tujuan-tujuan tahap akhir ini adalah sebagai berikut :

- a) Memutuskan perubahan sikap perilaku yang memadai; (1) klien membuat keputusan dari berbagai alternative terbaik yang sesuai dengan tujuan utamanya dari hasil diskusi dengan konselor.

- b) Terjadinya *transfer of learning* pada diri klien. Artinya klien mengambil makna dari hubungan konseling untuk kebutuhan akan perubahan
- c) Melaksanakan perubahan perilaku
- d) Mengakhiri hubungan konseling. Mengakhiri konseling harus atas persetujuan klien dan sebelum ditutup ada beberapa tugas klien; pertama, membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling; kedua, mengevaluasi jalannya proses konseling; ketiga, membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.

4. Azas-Azas Dalam Konseling Individual

Asas yang mendasari seluruh kegiatan konseling individu menurut Mundro dkk, (dalam Prayitno, 2010:10) meliputi :

1) Kerahasiaan

Segenap yang menyangkut rahasia pribadi klien menjadi tanggung jawab konselor untuk melindunginya sehingga adanya perlindungan yang demikian menjadi jaminan suksesnya layanan.

2) Kesukarelaan dan Keterbukaan

Untuk menghidupkan suasana konseling, hendaknya klien mempunyai kesukarelaan dan keterbukaan terhadap masalahnya.

3) Keputusan diambil oleh klien sendiri

Konselor dengan tegas membiarkan klien tegak dengan sendirinya mengambil keputusan sendiri dan menghadapi tantangan yang mungkin ada.

5. Langkah – Langkah Konseling Individual

Menurut Willis (2010:239) mengungkapkan bahwa langkah-langkah konseling individual ada tiga tahap yaitu :

1. Tahap Awal Konseling

Tahap ini disebut juga tahap defenisi masalah, karena tujuannya adalah supaya pembimbing bersama klien mampu mendefinisikan masalah klien yang ditangkap/ dipilih dari isu-isu atau pesan-pesan klien dalam dialog konseling itu. Teknik-teknik konseling yang harus ada pada tahap awal konseling adalah: (1) Attending, (2) Empati, (3) Refleksi perasaan, (4) Eksplorasi perasaan, eksplorasi pengalaman dan eksplorasi ide, (5) Menangkap ide-ide atau pesan-pesan utama (6) Bertanya terbuka, (7) Mendefinisikan masalah bersama klien, (8) Mendorong minimal.

2. Tahap Pertengahan Konseling Individual

Tahap ini disebut juga tahap kerja, yang bertujuan untuk mengolah atau mengerjakan masalah klien (bersama klien) yang telah didefinisikan bersama tahap awal.

Pada tahap ini teknik-teknik konseling yang dibutuhkan adalah (1) Memimpin, (2) Memfokuskan, (3) Konfrontasi, (4) Mendorong, (5) Menginformasikan jika diminta klien, (6) Memberikan nasihat jika diminta klien, (7) Menyimpulkan sementara, (8) Bertanya terbuka.

3. Tahap Akhir Konseling Individu

Tahap ini disebut juga tahap tindakan, tahap ini bertujuan agar klien mampu menciptakan tindakan-tindakan positif seperti perubahan perilaku dan

emosi, serta perencanaan hidup masa depan yang positif setelah dapat mengatasi masalahnya. Klien akan mandiri, kreatif dan produktif.

Teknik-teknik konseling yang ada dan diperlukan pada tahap ini mencakup yang ada ditahap awal dan dipertengahan. Secara spesifik adalah : 1) Menyimpulkan, 2) Memimpin, 3) Merencanakan, 4) Mengevaluasi.

C. Pendekatan Konseling Rational Emotive Therapy

1. Pengertian *Rational Emotive Therapy*

Menurut Ellis (dalam Lumongga, 2011:175) “*Rational Emotive* merupakan teori yang menangani masalah-masalah yang berhubungan dengan individu secara keseluruhan yang mencakup aspek emosi, kognisi dan perilaku”.

Winkel (2004:429) juga memberikan pengertian *Rational Emotive* adalah corak konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berpikir dengan akal sehat, berperasaan, dan berperilaku serta sekaligus menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam dalam cara berfikir dapat menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku. Maka orang yang mengalami gangguan dalam perasaannya, harus dibantu untuk meninjau kembali caranya berfikir dan memanfaatkan akal sehat.

Dari definisi diatas penulis menyimpulkan bahwa konseling *rational-emotive* adalah upaya bantuan yang diberikan berhubungan dengan individu yang menekankan kebersamaan antara berpikir dengan akal sehat untuk ide-ide yang tidak rasional menjadi lebih rasional untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi dalam hidupnya.

2. Konsep Dasar *Rational Emotive Therapy*

Adapun konsep dasar rational emotive yang dikembangkan oleh Albert Ellis (dalam Willis, 2010 : 75), sebagai berikut :

1. Pemikiran manusia adalah penyebab dasar dari gangguan emosional. Reaksi emosional yang sehat maupun tidak, bersumber dari pemikiran itu.
2. Manusia mempunyai potensi pemikiran rasional dan irrasional. Dengan pemikiran rasional dan inteletnya manusia dapat terbebas dari gangguan emosional.
3. Pemikiran irrasional bersumber pada disposisi biologis lewat pengalaman masa kecil dan pengaruh budaya.
4. Pemikiran dan emosi tak dapat dipisahkan
5. Berpikir logis dan tidak logis dilakukan dengan simbol-simbol bahasa
6. Pada diri manusia sering terjadi self-verbalization. Yaitu mengatakan sesuatu terus menerus pada dirinya.
7. Pemikiran logis irrasional dapat dikembalikan kepada pemikiran logis dan reorganisasi persepsi. Pemikiran tak logis itu merusak dan merendahkan diri melalui emosionalnya.

3. Tujuan *Rational Emotive Therapy*

Tujuan utama yang ingin dicapai dalam rational emotive adalah memperbaiki dan mengubah sikap individu dengan cara mengubah cara berpikir dan keyakinan klien yang irrasional menuju cara berpikir yang rasional, sehingga klien dapat meningkatkan kualitas diri dan kebahagiaan hidupnya (Lumongga 2011 : 180-181).

Menurut Willis (2010 : 76) *rational emotive* bertujuan untuk memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan serta pandangan klien yang irrasional menjadi rasional, sehingga ia dapat mengembangkan diri dan mencapai realisasi diri yang optimal. Menghilangkan gangguan emosional yang dapat merusak diri seperti benci, takut, rasa bersalah, cemas, was-was, marah, sebagai akibat berpikir yang irrasional, dan melatih serta mendidik klien agar dapat menghadapi kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan kepercayaan diri, nilai-nilai dan kemampuan diri.

Kesimpulannya dari tujuan terapi rasional emotif adalah memperbaiki dan mengubah cara pandang seseorang dari irasional ke rasional sehingga klien dapat meningkatkan kualitas hidupnya.

4. Ciri-Ciri *Rational Emotive Therapy*

Menurut Mappiare (2009 : 157) terdapat ciri-ciri terapi rasional emotif dapat diuraikan sebagai berikut :

- a. Peran konselor harus lebih aktif dibandingkan klien. Dapat bersikap efektif dan memiliki kapasitas dalam memecahkan masalah yang dihadapi klien dan bersungguh-sungguh dalam mengatasi masalah yang dihadapi artinya konselor harus melibatkan diri dan berusaha menolong kliennya supaya dapat berkembang sesuai dengan keinginan dan disesuaikan dengan potensi yang dimilikinya.
- b. Dalam proses hubungan konseling harus tetap diciptakan dan dipelihara hubungan baik dengan klien. Adanya sikap yang ramah dan hangat dari

konselor yang berpengaruh sangat penting demi kesuksesan proses yang akrab dan rasa nyaman ketika berhadapan dengan klien

- c. tercipta dan terpeliharanya hubungan baik ini dipergunakan oleh konselor untuk membantu klien dengan cara mengubah cara berfikirnya yang tidak irasional menjadi rasional.
- d. Dalam proses hubungan konseling, konselor tidak banyak menelusuri masa lalu klien.
- e. Diagnosis (rumusan masalah) yang dilakukan dalam konseling rasional emotif bertujuan untuk membuka ketidaklogisan cara berfikir klien. Dengan melihat permasalahan yang dihadapi klien dan faktor penyebabnya, dengan menelusuri cara pikir klien yang tidak rasional dalam menghadapi masalah, yang pada intinya menunjukkan bahwa cara berfikir yang tidak logis itu sebenarnya menjadi penyebab gangguan emosionalnya.

Dari paparan mengenai ciri-ciri rasional emotif diatas, maka peneliti simpulkan bahwa ciri-ciri tersebut yaitu adanya konselor yang aktif kemudian dapat berusaha semaksimal mungkin untuk membantu klien dalam penyelesaian masalah klien hingga akhirnya pola pikir yang irasional menjadi rasional.

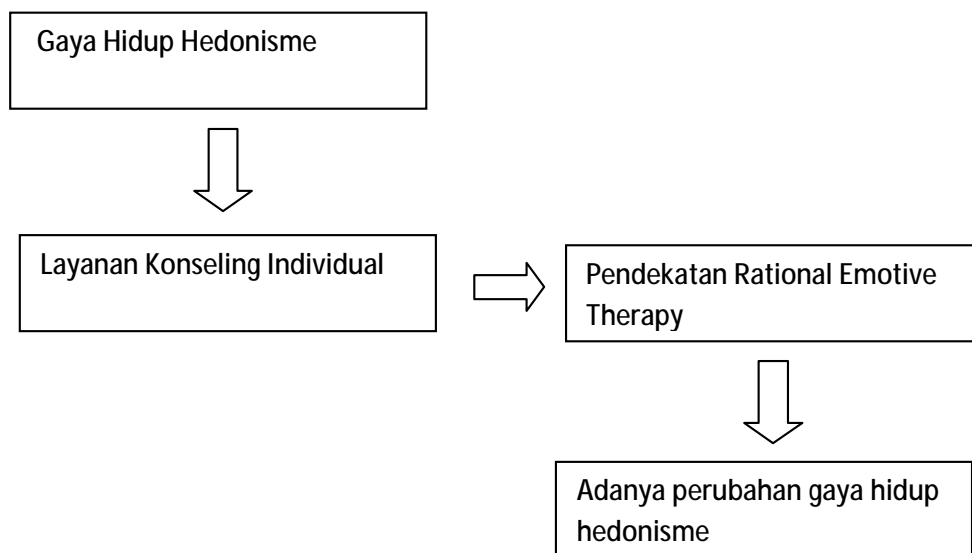
D. Kerangka Konseptual

Gaya hidup didefinisikan sebagai cara hidup yang didefinisikan oleh bagaimana orang menghabiskan waktu (aktivitas), apa yang mereka anggap penting dalam lingkungannya (ketertarikannya), dan apa yang mereka pikirkan tentang diri mereka sendiri dan juga dunia disekitarnya. Hedonisme yang termasuk salah satu bentuk dari gaya hidup merupakan cara pandang yang

menganggap bahwa kesenangan adalah hal yang paling penting dalam hidup, begitupun yang terjadi pada kalangan siswa. Banyak siswa yang memilih gaya hidup instan, dan hal ini berimbas pada cara pandang hidup mereka.

Secara umum, ada dua faktor yang menyebabkan seorang siswa menjadi Hedonisme, yaitu faktor ekstern yang meliputi media dan lingkungan sosial serta faktor intern yang meliputi faktor keluarga.

Oleh karena itu, peneliti memberikan konseling individual pendekatan rasional emotif terapi dengan teknik observasi dan wawancara kepada siswa, agar dapat berfikir secara rasional dan logis. Selain itu diharapkan dapat mengurangi gaya hidup Hedonisme yang ada dalam diri mereka.



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Adapun jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif, yaitu suatu pendekatan yang juga disebut pendekatan investigasi karena peneliti mengumpulkan data dengan cara bertatap muka langsung dan berinteraksi dengan orang-orang yang menjadi subjek penelitian.

Penelitian kualitatif bersifat natural (naturalistic research) karena penelitian ini dilakukan dalam kondisi yang alamiah (natural setting), dimana peneliti melakukan komunikasi interpersonal dengan subjek penelitian untuk memperoleh data apa adanya.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di SMA Tamansiswa Medan yang berlokasi di Jalan Singosari No.11, Sei Rengas Kota Medan.

2. Waktu penelitian

Adapun penulisan proposal penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei T.A 2018/2019 sampai bulan September T.A 2018/2019, dapat dilihat pada tabel.

Table 3.1
Rincian Waktu Pelaksanaan Penelitian

NO	KEGIATAN	MEI				JUNI				JULI				AGUSTUS				SEPTEMBER			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengajuan Judul		■	■	■																
2	Persetujuan Judul					■	■	■													
3	Penulisan Proposal							■													
4	Bimbingan Proposal									■	■	■	■								
5	Persetujuan Proposal												■								
6	Seminar Proposal													■	■	■					
7	Penelitian														■	■	■	■	■	■	
8	Bimbingan Skripsi																	■	■	■	
9	Persetujuan Skripsi																			■	
10	Sidang Meja Hijau																				■

C. Subjek Dan Objek

1. Subjek

Menurut Sugiyono (2015: 167) “Subjek adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya”.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI SMA Tamansiswa Medan T.A 2018/2019 yang berjumlah 97 siswa/orang dari 4 kelas, yang terdiri dari 2 kelas jurusan IPA dan 2 kelas jurusan IPS. Dapat dilihat pada table dibawah ini :

Tabel 3.2
Subjek Penelitian

NO	KELAS	SISWA
1	XII IPS 1	30 ORANG
TOTAL KESELURUHAN		30 RANG

2. Objek

Menurut Sugiyono (2015 : 168), “Objek adalah sebagian dari subjek”. Teknik pengambilan objek yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *Purposive Sampling*.

Menurut Arikunto (2010 : 183) “Pengambilan objek dengan teknik purposive sampling yaitu cara mengambil subjek bukan berdasarkan strata, random, atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu”

Menurut Sugiyono (2015:176), “Sampling Purposive adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”. Alasan pemilihan sampel dengan menggunakan teknik purposive sampling adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan yang telah penulis tentukan

Table 3.3
Objek Penelitian

NO	KELAS	SISWA	JUMLAH OBJEK
1	XII IPS 1	30 ORANG	3 ORANG
TOTAL		30 ORANG	3 ORANG

D. Operasional Variabel Penelitian

Penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu konseling variabel bebas dan variabel terikat. Adapun yang menjadi variabel bebas adalah konseling individual pendekatan teknik rasional emotif, yang dilambangkan dengan huruf X sedangkan yang menjadi variabel terikat adalah gaya hidup Hedonisme, yang dilambangkan dengan huruf Y.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini digunakan alat atau disebut juga sebagai instrumen penelitian. Alat yang digunakan adalah observasi dan wawancara.

1. Observasi

Pelaksanaan observasi dilakukan peneliti di dalam dan di luar kelas. Selain itu peneliti juga memantau kegiatan siswa selama waktu istirahat. Aspek yang

diobservasi adalah pelaksanaan konseling individual dengan menggunakan teknik rasional emotif terapi dalam mereduksi gaya hidup Hedonisme.

Tabel 3.4

PEDOMAN OBSERVASI KONSELING INDIVIDUAL

NO	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		1	2	3	4
1	Siswa aktif mengikuti proses konseling				
2	Pemahaman siswa dalam layanan bimbingan dan konseling terutama layanan konseling individual				
3	Siswa mengungkapkan permasalahan dengan terbuka				
4	Siswa semakin menyadari permasalahan yang dialaminya				
5	Siswa memiliki keinginan untuk merubah pikiran dan sikapnya mengenai gaya hidup hedonisme yang dimilikinya				
6	Siswa mampu menemukan solusi yang tepat untuk mengurangi gaya hidup hedonisme yang dimilikinya				
7	Siswa bersedia menerima saran yang baik yang diberikan oleh konselor				

B. Wawancara

Wawancara adalah merupakan pertemuan dua orang atau lebih untuk bertukar informasi dan ide melalui Tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu (Sugiyono, 2016: 317). Metode ini digunakan untuk memperoleh data-data yang diperlukan dalam penelitian ini. Data yang diperoleh dengan cara tanya jawab langsung secara lisan dengan guru pembimbing (guru BK) dan siswa di SMA Tamansiswa Medan. Untuk mengetahui gambaran umum tentang konseling individu dengan pendekatan

rasional emotif dan gaya hidup Hedonisme serta hal-hal yang mendukung perolehan data

Tabel 3.5

**PEDOMAN WAWANCARA
GURU BIMBINGAN KONSELING**

No	Pertanyaan	Deskripsi jawaban
1	Dari hasil pengamatan saya selama magang di sekolah ini, ada masalah yang dianut oleh siswa di lingkungan sekolah ini, apakah ibu sebagai guru BK setuju dengan hasil pengamatan saya tersebut?	
2	Bagaimana pendapat ibu tentang gaya hidup hedonisme yang dianut oleh siswa di lingkungan sekolah?	
3	Menurut ibu, Apakah faktor yang melatarbelakangi siswa memiliki gaya hidup hedonisme?	
4	Masalah apa yang timbul pada siswa yang memiliki gaya hidup hedonisme di lingkungan sekolah ?	
5	Sejauh mana ibu mengetahui efek dari gaya hidup hedonisme yang dianut oleh siswa ?	
6	Bagaimana cara ibu mengatasi gaya hidup hedonisme yang dimiliki siswa ?	
7	Apakah ada teknik atau pendekatan khusus yang ibu berikan untuk menangani masalah tersebut?	
8	Apakah ibu setuju apabila saya memberikan konseling individual kepada siswa yang masih memiliki gaya hidup hedonisme?	

Tabel 3.6
PEDOMAN WAWANCARA
SISWA

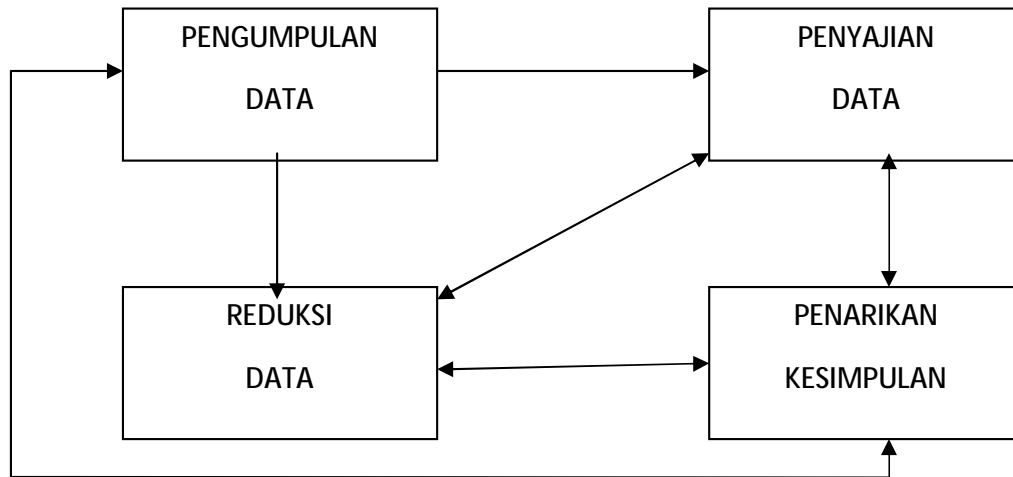
No	Pertanyaan	Deskripsi Jawaban
1.	Apakah ananda pernah mengikuti layanan konseling individual ?	
2.	Jika sudah, Berapa kali ananda sudah mengikuti layanan konseling individual ?	
3.	Bagaimana perasaan ananda ketika mengikuti layanan bimbingan dan konseling di sekolah ?	
4.	Bagaimana peranan orang tua ananda dalam diri ananda ?	
5.	Apa saja yang sering ananda lakukan selama berada di sekolah ?	
6.	Apakah ananda mengetahui gaya hidup hedonisme ?	
7.	Jika ananda memiliki gaya hidup hedonisme apa yang akan ananda lakukan ?	
8.	Apakah ada pengaruh orang tua dalam mengurangi gaya hidup hedonisme dalam diri anda?	
9.	Bagaimana respon ananda setelah dilakukan konseling individual untuk mengurangi gaya hidup hedonisme?	

F. Teknik Analisis Data

Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis data dengan model Miles dan Huberman serta menggunakan analisis deskriptif presentase.

1. Analisis Data Model Miles dan Huberman

Menurut Sugiyono (2010: 338) tahap analisis data penelitian kualitatif dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1
Analisis Data Kualitatif

1.1 Reduksi Data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting dicari tema dan polanya serta membuang yang tidak perlu. Mereduksi data bertujuan karena banyaknya data yang diperoleh oleh peneliti selama dilapangan, untuk itu maka perlu dicatat secara teliti dan rinci, dan bagian yang tidak berhubungan dengan penelitian akan disisihkan. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya. Data yang direduksi oleh peneliti berupa data observasi, dan wawancara.

1.2 Penyajian Data

Data yang disajikan dapat berupa uraian singkat, bagan, hubungan antarategori, flow chart dan sejenisnya. Adapun dalam penelitian ini data disajikan dalam bentuk teks deskriptif atau naratif yang berisikan data-data terkait masalah penelitian, untuk selanjutnya dianalisis demi kepentingan pengambilan kesimpulan.

1.3 Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Dalam hal ini, mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena seperti telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada di lapangan.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

1. Gambaran Umum Sekolah

Sekolah SMA Tamansiswa Medan terletak di jalan Singosari No.11 Kecamatan Medan Area. Sekolah ini adalah salah satu jenjang pendidikan dibawah naungan Yayasan Tamansiswa, selain SMA masih ada tingkatan TK, SD, SMP, MTS serta SMK AK, SMK TKJ dan SMK BM. Sekolah ini merupakan salah satu kawasan kondusif di daerah kota Medan karena daerah tersebut merupakan daerah lingkungan pendidikan yang banyak sekolah berdampingan disekitarnya.

2. Identitas :

1. Nama Sekolah : Taman Madya (SMA) Tamansiswa Medan
2. NPSN : 10210822
- NSS : 303.076.001.020
- NDS : 3007120003
3. Alamat Sekolah : Jl. Singosari No.11 Medan
4. Status : Swasta
5. Jenjang Akreditasi : Baik (B)
6. Nama Kepala Sekolah : Ki Drs. Dwi Gatut Satriyono
7. Telepon Sekolah : 061- 7346241
8. Email : smatamansiswamdn@gmail.com
9. Kelompok Sekolah Binaan : SMA Negeri 10 Medan
10. Kurikulum yang digunakan : Kurikulum K 13 Revisi

3. Visi, Misi Sekolah SMA Tamansiswa Medan

Adapun Visi, Misi dan Tujuan Sekolah SMA Tamansiswa adalah:

a. Visi Sekolah

Mewujudkan siswa yang tertib damai salam dan bahagia,beriman,bertaqwaberilmu,Berakhlak mulia dan mandiri

b. Misi Sekolah

- Menyelenggarakan pendidikan yang berwawasan nasional dan bernilai Kebangsaan dan keagamaan
- Mengembangkan jiwa kemandirian dalam bidang ilmu pengetahuan,Ketrampilan,dan seni
- Memantapkan perilaku yang berakhlak karimah.

c. Tujuan

- Meningkatkan disiplin dalam segala bidang
- Menyelenggarakan kerja sama antara orang tua/ wali siswa dan masyarakat.
- Meningkatkan kualitas belajar melalui kompetisi dalam proses pembelajaran
- Menyelenggarakan pembelajaran dengan sistem tutor teman sebaya dalam bentuk diskusi kelompok dikalangan siswa
- Meningkatkan mutu guru melalui MGMP, dan DIKLAT ditingkat Provinsi

4. Sarana dan Prasarana SMA Tamansiswa Medan

Salah satu faktor pendukung keberhasilan sebuah lembaga pendidikan/ sekolah adalah fasilitas yang memadai dan terawat. Setiap sekolah harus memiliki sarana dan prasarana yang memadai dalam menciptakan siswa yang berprestasi serta untuk mendukung terselenggaranya proses pendidikan. Adapun sarana dan prasarana yang terdapat disekolah SMA Tamansiswa dapat dilihat tabel dibawah ini :

Tabel 4.1
Sarana/Prasarana SMA Tamansiswa Medan

No	Jenis Sarana dan Prasarana Sekolah	Jumlah
1.	Ruang Kepala Sekolah	1
2.	Ruang Wakil Kepala Sekolah	1
3.	Ruang Guru	1
4.	Ruang Kelas	10
5.	Ruang Administrasi	1
6.	Ruang Laboratorium	3
7.	Ruang Perpustakaan	1
8.	Ruang BK	1
9.	Ruang UKS	1
10.	Ruang PKS	1
11.	Ruang TU	1
12.	Ruang OSIS/PPTS	1

13.	Ruang Ibadah	1
14.	Ruang koperasi	1
15.	Ruang Inventaris	1
16.	Lapangan	2
17.	Kantin	2
18.	Toilet Guru	1
19.	Toilet Siswa	2

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah SMA Tamansiswa Medan cukup memadai. Dari keseluruhan sarana dan prasarana tersebut diharapkan dapat mendukung dalam proses pendidikan berlangsung disekolah tersebut.

B. Data Guru dan Pegawai SMA Tamansiswa

Guru memiliki peran penting dalam tercapainya cita – cita siswa, guru merupakan salah satu unsur pendidikan dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar disekolah. Guru melaksanakan kagiatan belajar untuk mencapai tujuan pendidikan, memiliki tanggungjawab yang besar sejak dari merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan belajar mengajar di SMA Tamansiswa. Adapun data guru dan pegawai SMA Tamansiswa dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.2

Data Guru dan Pegawai SMA Tamansiswa Medan

No	Nama Guru/Pengawai	Jabatan
1	KI DRS.DWI GATUT SATRIYONO	Kepala Sekolah
2	NYI SUSY ARIMA DJAYA,SS	Wakil Kep. Sekolah
3	KI SUMARWANTO,S.Pd	Kepala Tata Usaha
4	NYI NAZLIANI,SH	Wakil Tata Usaha
5	NYI ELLYES MARIANA SITOMPUL,S.Pd	PKS.II
6	NYI PUSKARINDA SIAHAAN,S.Pd	Wali Kelas
7	NYI Dra.HJ.FITRI IDRIS,M.Pdi	Pamong / Guru
8	NYI FATMASARA SIREGAR,S.Pd	Wali Kelas
9	KI Drs.H.M. NASIR, SR	Pamong / Guru
10	NYI RINI PUJI ASTUTI,S.Pd	Wali Kelas
11	KI Drs. IDRIS	Pamong / Guru
12	NYI CAHAYA HAIRANI NST,S.Pd.M.Si	Pamong / Guru
13	NYI FAUZIAH KHAIRANI, S.Pd	Wali Kelas
14	NYI NURAINUN, S.Pd	Wali Kelas
15	KI RUDI EFFENDI, SS	Pamong / Guru
16	NYI SITI CHADIJAH NASUTION,S.Pd	Wali Kelas
17	NYI T.NILAYANDA MEILVANA,S.Pd.M.Pd	Wali Kelas
18	KI. MUHAMMAD YUSUF, SH	Pamong / Guru
19	NYI ELFIRA KELANA SYAFITRI	Pamong / Guru

20	NYI DARVINI REZEKI LUBIS,S.Pd	Wali Kelas
21	NYI DEASI HANDAYANI, S.Pd	Wali Kelas
22	NYI ZOEL HASNI	Pamong / Guru
23	NYI NANI LESTARI, S.Pd	BK
24	NYI SYAFRIDAWATI,SP	Pamong / Guru
25	KI RUDIYANTO PURBA,SE	Staf Perpustakaan
26	KI AYUB SUHUD,S.Pd	Pamong / Guru
27	NI INDAH NOVTRIA ASWA	Pamong / Guru
28	KI MUHAMMAD MAHARDHIKA,S.Pd	Pamong / Guru
29	Nyi SUHARTI,S.Pd	Pamong / Guru
30	SARENGAT	Satpam
31	H. SOFYAN	caraka

Dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa guru yang mengajar di SMA Tamansiswa berjumlah 29 orang dan rata-rata telah menyelesaikan pendidikan strata satu (S1).

C. Data Siswa-Siswi di SMA Tamansiswa Medan

Adapun jumlah siswa yang ada di SMA Tamansiswa ini dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 4.3
Data Siswa SMA Tamansiswa
T.A 2018/2019

No	Kelas	Jumlah
1.	X IPA	53 Orang
2.	X IPS	65 Orang
3.	XI IPA	42 Orang
4.	XI IPS	48 Orang
5.	XII IPA	39 Orang
6.	XII IPS	58 Orang
	JUMLAH	305 Orang

Dari tabel diatas, dapat diketahui bahwa siswa SMA Tamansiswa berjumlah 305 siswa yang terdiri dari 118 siswa kelas X, 90 siswa kelas XI, dan 97 siswa kelas XII. Seluruh siswa dibimbing oleh 1 orang guru Bimbingan dan Konseling.

D. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian yang dilakukan di SMA Tamansiswa Medan adalah pendekatan Rational Emotif Therapy yaitu untuk mengubah pemikiran irasional melalui berbagai ekspresi untuk mengurangi gaya hidup hedonisme di SMA Tamansiswa Medan. Adapun yang menjadi objek penelitian ini adalah siswa yang

memiliki gaya hidup hedonisme yang tidak dapat dikendalikan dengan baik yang berjumlah 3 orang siswa kelas XI IPS-1. Hal ini dilakukan agar hasil dari penelitian ini lebih fokus ke masalah yang ingin diteliti dan mencapai tujuan yang diinginkan oleh peneliti.

Dalam perencanaan kegiatan yang dilakukan peneliti, yaitu :

1. Membuat rencana pelaksanaan layanan (RPL) untuk pelaksanaan konseling individual dengan pendekatan Rational Emotive Therapy
2. Mempersiapkan data tentang siswa.

Objek pelaksanaan ini direkomendasi dari guru pembimbing dan wali kelas dengan menggunakan instrumen observasi terhadap siswa yang memiliki gaya hidup hedonisme ke arah yang lebih positif dan selanjutnya melakukan wawancara untuk menambah informasi dengan jelas.

E. Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling di SMA Tamansiswa Medan

Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling sangat diperlukan dalam dunia pendidikan yaitu adanya guru bimbingan dan konseling di sekolah. Hal ini disebabkan karena dalam setiap individu memiliki masalah baik di dalam maupun di luar dirinya. Ada orang yang mampu untuk mengatasi masalah dan ada sebahagian orang yang tidak mampu mengatasi masalahnya. Untuk itu bimbingan dan konseling di sekolah dibutuhkan agar dapat membantu menyelesaikan masalah siswa dan mengembangkan pemikiran perilakunya ke arah positif.

Di SMA Tamansiswa Medan, pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling juga diterapkan. Hal ini dapat diketahui dari hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling SMA Tamansiswa Medan. Meskipun dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling ini tidak memiliki jam khusus, pihak sekolah tetap memberikan dukungan kepada guru BK dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling tersebut. Tetapi pihak sekolah tetap menyediakan sarana dan prasarana yang dibutuhkan untuk berlangsungnya proses bimbingan dan konseling. Sarana dan prasana tersebut adalah ruang bimbingan dan konseling, meja guru BK, bangku untuk siswa, daftar absensi siswa, buku data pribadi siswa, buku proses layanan bimbingan dan konseling, dan lemari untuk menyimpan data – data penting siswa, surat ijin siswa, dan surat untuk panggilan orang tua.

Dari keterangan yang disampaikan diatas, dapat diketahui bahwa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di SMA Tamansiswa Medan melalui tahapan – tahapan yang disesuaikan dengan program yang telah disusun oleh guru bimbingan dan konseling, tetapi dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling tersebut dilaksanakan ketika ada permasalahan siswa dengan memanfaatkan waktu kosong dan jam istirahat siswa agar tidak mengganggu jam pelajaran siswa.

Untuk memberikan layanan konseling individual kepada siswa, maka tahapan – tahapan pelaksanaan bimbingan dan konseling yang dilakukan yakni:

- a. Melakukan identifikasi terhadap masalah yang dihadapi siswa
- b. Merumuskan masalah

- c. Menemukan jenis atau teknik bantuan yang diberikan
- d. Melaksanakan proses konseling
- e. Tindak lanjut terhadap permasalahan siswa

Memiliki Gaya Hidup yang tinggi sangat berpengaruh pada kegiatan dalam sehari-hari siswa. Namun kenyataannya ada beberapa siswa yang memiliki gaya hidup yang tinggi pada dirinya. Berikut dari beberapa hasil wawancara mengenai gaya hidup yang tinggi pada siswa di SMA Tamansiswa Medan. Berikut ini gambaran gaya hidup Hedonisme pada siswa di SMA Tamansiswa Medan sebelum dilaksanakannya layanan konseling individual oleh peneliti.

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara pada tanggal 12 Agustus 2019 kepada siswa yang memiliki gaya hidup Hedonisme, (TRP) menyatakan bahwa dirinya hedonisme dikarenakan orangtuanya yang kurang memperhatikannya sehingga dia mencari perhatian diluar, (IMS) menyatakan bahwa dirinya masih susah menolak dengan ajakan teman-temannya, (NS) menyatakan bahwa dirinya masih juga mengutamakan kesenangan dan berfoya-foya bersama teman-temannya dibandingkan belajar serius. .

Menurut Ibu Nani Lestari S.Pd selaku guru bimbingan dan konseling “ada beberapa hal yang membuat siswa memiliki Gaya Hidup Hedonisme yaitu dikarenakan kurangnya perhatian dari orangtua , ajakan teman sebaya dan waktu luang bersama keluarga” .

Dari pernyataan diatas dapat dipahami bahwa masih ada beberapa siswa yang masih Hedonisme, lebih mengutamakan kesenangan dengan berfoya-foya dibandingkan belajar dengan serius, menurut peneliti adanya gaya hidup

hedonisme dikarenakan oleh teman sebaya, hal ini didukung dengan observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti.

F. Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme Melalui Konseling Individual Pendekatan Rational Emotive Therapy Pada Siswa/Siswi Kelas XI IPS-1 di SMA Tamansiswa

Konseling individual adalah salah satu dari sepuluh layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh seorang konselor dengan klien dalam rangka pengatasan masalah pribadi klien. Konseling individual juga merupakan jantung hati dari sepuluh jenis layanan bimbingan dan konseling yang memiliki peran penting dalam proses bimbingan. Mengarahkan serta mengentaskan masalah yang sedang dihadapi siswa. Jika konseling individual di lakukan tidak maksimal atau pun tidak pernah dilakukan sama sekali maka akan berdampak buruk bagi siswa-siswa yang mengalami masalah maupun bagi siswa-siswa yang butuh pengarahan atau bimbingan.

Pada tahap ini peneliti menciptakan pola hubungan yang harmonis, terbuka dan nyaman sehingga siswa merasa nyaman untuk menyampaikan permasalahan dan perasaan-perasaannya terkait masalahnya tersebut. Penerimaan awal merupakan kondisi yang sangat berpengaruh pada proses konseling selanjutnya, pada penerimaan awal ini peneliti menjelaskan dahulu maksud dan tujuan konseling ini kepada kliennya. Kemudian langkah kedua dimana melalui mengidentifikasi masalah apa yang terjadi pada siswa dan Pengendalian gaya hidup hedonisme kearah dapat mengurangi permasalahan yang terjadi disekolah. Dalam mengatasi gaya hidup hedonisme di SMA Tamansiswa Medan, sering kali

dilakukan oleh wali kelas dan guru bimbingan dan konseling dengan memberikan teguran dan nasehat. Hal ini dilakukan apabila ada laporan dari guru bidang studi dan yang dialami wali kelas.

Dari hasil konseling yang dilakukan selama tiga kali yang diperoleh TRP, IMS, dan NS adalah:

1. TRP diawal pertemuan konseling individual TRP merasa canggung dan takut sebab dilakukan hanya berdua saja secara serius, setelah pertemuan berlanjut TRP mulai terbuka dan ternyata orangtuanya sibuk dengan kesibukannya sendiri sehingga TRP merasa dirinya tidak disayang sebab orangtuanya dirumah lebih sering dengan handphonenya dibandingkan menanyakan aktivitas anaknya disekolah sehingga TRP mencari perhatian diluar, contohnya : di sosmed postingan TRP tampil lebih cantik dan sangat memukau sehingga TRP mendapatkan orderan endorse dari berbagai produk, dari itulah TRP mulai tidak serius dalam pelajaran disekolahnya TRP lebih mementingkan membeli barang-barang mewah dan pergi nongkrong di tempat yang mewah untuk postingan sosmednya yang kelihatan lebih wow. Pada pertemuan terakhir TRP saya berikan masukan untuk lebih serius kedalam pendidikannya menuju masa depannya yang lebih baik,akhirnya TRP mampu mengurangi gaya hidup hedonismenya dengan tidak sering permisi keluar kelas ketika ia mulai bosan.
2. IMS adalah siswi yang aktif dalam bertanya jika guru menjelaskan namun sayangnya IMS mudah bosan dan suka permisi keluar saat jam pelajaran

berlangsung, awal melakukan konseling individual IMS merasa percaya diri dan IMS dengan terbuka menceritakan masalahnya kepada saya, tentang kegiatannya disekolah maupun diluar sekolah. Ternyata orangtuanya bersikap biasa saja tidak suka menanyakan apakah IMS tadi baik-baik aja disekolah, bagaimana pelajaran disekolah, namun itu tidak dilakukan orangtuanya sehingga membuat IMS tidak begitu dekat dengan orangtuanya. Pertemuan berlanjut IMS menceritakan kegiatannya diluar sekolah ia lebih suka keluar rumah pergi dengan teman-temannya , membeli barang-barang ke mall kemudian berfoto dan memposting ke sosmed dengan begitu IMS mendapatkan pujian dan teman-teman yang menghubunginya sehingga IMS merasa senang bahwa dirinya dipuji cantik dan kelas tinggi, pertemuan terakhir IMS menyadari bahwa gaya hidup hedonisme itu tidak baik jika diteruskan sebab pemborosan dan mengundang kesombongan yg ada di dalam diri.

3. NS konseli yang sering curhat kepada guru bk tentang keluarganya namun hal itu NS tidak menceritakannya kepada saya, NS mengatakan bahwa orangtuanya sangat sayang dan memanjakannya sehingga kemauan NS dituruti bahkan handphone nya sering ganti-ganti dengan tren masa kini, dia menyadari bahwa gaya hidupnya selama ini hedonisme sebab benda kesukaannya adalah handphone, menurutnya hal yang paling setia adalah handphonenya maka dari itu ketika NS mulai bosan dalam pelajarannya ia bermain handphone dikelas dengan begitu ia merasa senang dan tidak terlalu jenuh, NS menerima konseling individual ini dengan baik NS pun

mau diberi nasihat dan masukan yang baik untuk dirinya, pertemuan akhir NS mampu mengurangi gaya hidupnya yang hedonisme dengan tidak sering bermain handphone dan dikurangi untuk meminta uang ke orangtuanya untuk membeli barang-barang yang mahal sebab bisa menjadi pemborosan.

Dari hasil wawancara ketiga konseli bahwa mereka menerima layanan konseling individual ini dengan baik walaupun salah satunya ada yang merasa canggung awalnya , tetapi diakhir peretemuan saya merasa senang karena mereka mampu mengurangi gaya hidup hedonisme yang dimilikinya.

G. Diskusi Hasil Penelitian

Tujuan utama dalam penelitian ini adalah melalui teknik rasional emotif therapy untuk mengubah/mengurangi gaya hidup hedonisme siswa kelas XI IPS 1 tahun ajaran 2018/2019. Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa penerapan layanan konseling individual dapat membantu siswa dalam mengubah perilakunya dalam proses pembelajaran dan di dalam lingkungan sekolah. Hal ini dapat diketahui dari penelitian yang dilakukan di SMA Tamansiswa pemberian layanan konseling individual dapat mengubah perilaku dalam proses pembelajaran dan di lingkungan sekolah. penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa dengan layanan konseling individual dapat membantu siswa dalam mengubah perilakunya dalam proses pembelajaran dan di dalam lingkungan sekolah. Hal ini dapat diketahui dari penelitian yang

dilakukan di SMA Tamansiswa pemberian layanan konseling individual dapat mengubah perilaku dalam proses pembelajaran dan di lingkungan sekolah.

H. Keterbatasan Penelitian

Penulis mengakui bahwa penulisan skripsi ini dapat dikatakan belum sempurna bahkan banyak kekurangan diberbagai kata-kata dan tulisan, masih ada kekurangan dan keterbatasan dalam melakukan penelitian dan penganalisaan data hasil penelitian, keterbatasan penulis hadapi disebabkan beberapa faktor diantaranya :

1. Keterbatasan kemampuan yang dimiliki oleh peneliti baik moril maupun material dari awal proses pembuatan proposal, pelaksanaan penelitian hingga pengolahan data.
2. Selain keterbatasan diatas, penulis juga menyadari bahwa masih sangat banyak kekurangan wawasan penulis dalam membuat daftar pertanyaan wawancara yang baik dan ditambah dengan kurangnya buku untuk referensi teknik penyusunan daftar pertanyaan wawancara secara baik, merupakan keterbatasan peneliti yang tidak dapat dihindari oleh karena itu dengan senang hati penulis mengharapkan saran dan kritikan yang bersifat membangun.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil Observasi dan Wawancara pada tiga konseli dapat disimpulkan bahwa ketiga konseli sebelum mendapatkan perlakuan berupa layanan konseling individual pendekatan rasional emotif masih sering mengutamakan gaya hidupnya yang hedonisme.
2. Hal – hal yang ditimbulkan akibat siswa memiliki gaya hidup hedonisme yang tinggi adalah siswa menjadi tidak menerima pendapat orang lain, suka keluar kelas saat jam pelajaran berlangsung, bahkan tidak mengutamakan pendidikan dan kesenangan diri lah yang utama.
3. Berdasarkan hasil Observasi dan Wawancara pertemuan berlanjut , proses konseling dilakukan sebanyak tiga kali dapat disimpulkan bahwa ketiga konseli mengalami penurunan gaya hidup hedonisme dengan mengubah pola pikir yang irasional menjadi rasional, apalagi mereka menyadari bahwa sudah kelas tiga seharusnya lebih fokus untuk ujian UASBN
4. Bahwa dengan pendekatan RET gaya hidup hedonisme berkurang.

B. SARAN

Berdasarkan Hasil Penelitian “Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme Melalui Konseling Individual Pendekatan Rational Emotive Therapy pada siswa/siswi Kelas XI IPS-1 di SMA Tamansiswa Medan T.A 2018/2019”, maka dapat diajukan beberapa saran yaitu :

1. Bagi Konseling

Untuk ketiga konseli (TRP, NS, IMS) disarankan untuk mempertahankan believe rasional yang telah dibentuk setelah dilakukan konseling dan senantiasa menjaganya agar tidak muncul lagi believe irrational yang dapat menimbulkan masalah baru bagi konseli

2. Bagi Sekolah

Diharapkan meningkatkan pelayanan khususnya dalam hal mengenai konseling, perlu diupayakan adanya tenaga konselor yang memahami penanganan masalah gaya hidup hedonisme dengan teknik dan pendekatan konseling yang tepat. Salah satu cara yang bisa dilakukan adalah dengan melakukan konseling individual dengan *rational emotive therapy*.

3. Peneliti Lebih Lanjut

Peneliti lebih lanjut disarankan untuk dapat melakukan pengkajian lebih mendalam menggunakan data metode yang berbeda dan lebih intensif dalam melakukan penelitian tentang gaya hidup hedonisme agar tidak terkesan dalam memanipulasi data hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*.
Jakarta : Rineka Cipta
- Kotler, P. 2005. *Manajemen Pemasaran*. Jakarta: Indeks Kelompok
Gramedia.
- Lubis, Namora Lumongga. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling
Dalam Teori dan Praktik*, Jakarta; Kencana
- Mappiare, Andi AT, 2009. *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta
PT Raja Grafindo Persada.
- Prayitno, Amti, R. 2016. *Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktek*.
Jakarta: Asdi Mahasatya.
- Sugiyono. 2016. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung CV Alfabeta.
- Willis, Sofyan, 2010. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung;
Alfabeta
- Winkel, W.S. dan Sri Hastuti. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi
Pendidikan*. Yogyakarta; Media Abadi
- Daulay, Adelina. 2016. *Pengaruh Konseling Kelompok dengan Strategi
Simbol Terhadap Gaya Hidup Hedonisme Siswa Kelas X SMA
Swasta Karya Bakti T.A. 2016/2017*. Skripsi tidak dipublikasikan.
- Nugraheni, P.N,A, 2003. “*Perbedaan Kecenderungan Gaya Hidup
Hedonisme pada Remaja Ditinjau dari Lokasi Tempat Tinggal*”
Surakarta: Fakultas Psikologi UMS.

- Nesa Lydia Patricia dan Sri Handayani. 2014. *Pengaruh Gaya Hidup Hedonis Terhadap Perilaku Konsumtif dan Pramugari Maskapai Penerbangan "X"*
- Novita Trimartati. 2014. *Studi Kasus Tentang Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan. Jurnal Psikopedagogia. Vol. 3, No.1*
- Rahardjo, W., Silalahi, Y.B. 2007. *Perilaku Hedonisme Pada Pria Metroseksual Serta Pendekatan dan Strategi Yang Digunakan Untuk Mempengaruhinya. Pesat Volume 2. Jakarta. Universitas Gunadarma.*
- Zulkifli, A.R. 2016. *Gaya Hidup Hedonisme di Kalangan Mahasiswa Penerima Beasiswa Kaltim Cemerlang 2014 di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman. Ejournal Sosiatri-Sosiologi, Vol 4. No 1*

Lampiran I

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. DATA PRIBADI

Nama : Dhita Azhari
Tempat/Tanggal lahir : Medan 30 Maret 1997
Jenis Kelamin : Perempuan
Kewarganegaraan : Indonesia
Status : Sudah Menikah
Agama : Islam
Alamat : Jln.Tambak Rejo dusun I Desa Amplas
Telepone : 0821-6662- 8563
Nama Orang Tua
1. Ayah : Sutarno S.Pd
2. Ibu : Supriati

B. PENDIDIKAN FORMAL

Pendidikan yang telah ditempuh adalah sebagai berikut :

1. Tahun 2003 menyelesaikan Taman Kanak-Kanak (TK) di TK Al-Ihsan
2. Tahun 2009 menyelesaikan Sekolah Dasar di SD Negri Impres 106813
3. Tahun 2012 menyelesaikan Sekolah Menengah Pertama di SMP Tamansiswa Medan
4. Tahun 2015 menyelesaikan Sekolah Menengah Atas di SMA Tamansiswa Medan
5. Tahun 2019 menyelesaikan Pendidikan Sarjana S-1 di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Kegiatan yang pernah diikuti selama menjadi mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

1. Mengikuti MASTA (Masa ta'aruf) PK IMM Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Tahun 2014
2. Mengikuti Kegiatan NPMB (Masa Penyambutan Mahasiswa Baru) BEM Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Lampiran 2

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

BIMBINGAN DAN KONSELING

I. IDENTITAS

- A. Satuan Pendidikan : SMA TAMANSISWA MEDAN
- B. Tahun Ajaran : 2019/2020
- C. Sasaran Layanan : Siswa yang Bermasalah
- D. Pelaksana : Dhita Azhari

II. WAKTU DAN TEMPAT

- Tanggal : Agustus 2019
- Jam Pelayanan : 1 x 45 menit
- Volume Waktu : Disesuaikan
- Spesifikasi Tempat Layanan : Ruang BK

III. MATERI LAYANAN

- A. Tema/Subtema
 - 1. Tema : Masalah Pribadi
 - 2. Sub Tema : Gaya Hidup Hedonisme
- B. Sumber Materi : -
- C. Jenis Layanan : Konseling Individual melalui Pendekatan Rational Emotive Therapy
- D. Kegiatan Pendukung : Himpunan Data

IV. TUJUAN ARAH PENGEMBANGAN

- A. Pengembangan KES
 - 1. Siswa memahami tentang masalah yang dihadapi
 - 2. Siswa dapat mengetahui cara menyelesaikan masalah yang dihadapi
- B. Penanganan KES-T

1. Untuk mencegah siswa bersikap hedonisme terhadap lingkungannya
2. Untuk mencegah siswa tidak dapat menyelesaikan masalah yang ia hadapi

V. SARANA

- A. Media : -
- B. Perlengkapan : Buku Catatan BK

VI. SASARAN PENILAIAN HASIL LAYANAN

Peserta didik diminta untuk melakukan hal dibawah ini :

A. KES

1. Acuan(A) : yaitu tentang pentingnya mengenal tentang masalah yang dia hadapi
2. Kompetensi(K) : yaitu apa yang perlu dikenali tentang masalah yang ia hadapi
3. Usaha(U) : yaitu usaha apa yang dilakukan peserta didik untuk mampu menyelesaikan masalahnya
4. Rasa (R) : bagaimana perasaan peserta didik setelah mengetahui tentang cara menyelesaikan masalahnya.
5. Sungguh-sungguh(S) : Bersungguh-sungguh peserta didik untuk mengenal cara menyelesaikan masalah yang dia hadapi

B. KES-T

1. Tidak dapat mengenali asal masalah yang dia hadapi
2. Tidak dapat menyelesaikan masalah pribadinya

C. Ridho Tuhan, Bersyukur, Ikhlas dan tabah.

Memohon Ridha Tuhan Yang Maha Esa untuk mencapai apa yang diinginkan, dengan adanya pelayanan BK dan memanfaatkannya secara optimal.

VII. LANGKAH KEGIATAN

A. Langkah Pengantaran (waktu 5 menit)

1. Mengucapkan salam dan mengajak siswa berdoa
2. Menjalin hubungan dengan siswa
3. Menjelaskan tujuan dan manfaat layanan
4. Menjelaskan tentang gaya hidup hedonisme

B. Langkah Penjajakan (waktu 15 menit)

- a. Menanyakan kepada peserta didik sudah tahu dan paham tentang konseling individual
- b. Apa yang siswa pahami tentang masalahnya

C. Langkah Penafsiran (waktu 10 menit)

1. Melakukan himpunan data
2. Apa yang didapat oleh peserta didik oleh pelayanan BK yang sedang dilakukan
3. Apa tindakan peserta didik setelah mendapatkan konseling individual

D. Langkah Pembinaan (Waktu 5 menit)

1. Berfikir : apa yang ada dipikiranmu setelah mengetahui gaya hidup hedonisme?
2. Merasa : Apa yang dapat kamu rasakan bila kamu dapat mengurangi gaya hidup hedonisme?
3. Bersikap : Bagaimana sikap kamu bila kamu dapat mengurangi gaya hidup hedonisme ?
4. Bertindak : Tindakan seperti apa yang seharusnya dilakukan untuk mengurangi gaya hidup hedonisme?
5. Bertanggungjawab : Apa yang akan kamu lakukan jika kamu dapat mengurangi gaya hidup hedonisme ? dan sanksi apa yang kamu perbuat jika kamu tidak dapat mengurangi gaya hidup hedonisme?

E. Langkah Penilaian dan Tindak Lanjut

1. Penilaian Hasil

Diakhir proses pelayanan peserta didik diminta merefleksikan secara lisan ataupun tulisan apa yang mereka peroleh dengan pola BMB3 dalam unsur AKURS

- a. Berfikir : Peserta didik mulai bisa berfikir rasional terhadap masalahnya (Unsur A)
- b. Merasa : Peserta didik merasa dapat menyelesaikan masalahnya (Unsur K)
- c. Bersikap : Pesertadidik dapat bersikap antusias dengan menyelesaikan masalahnya (Unsur U)
- d. Bertindak : Peserta didik dapat mengurangi gaya hidup hedonisme (Unsur R)

e. Bertanggung Jawab : Peserta didik dapat bertanggungjawab atas dirinya dan perbuatannya (Unsur S)

2. Penilaian Proses

Melalui pengamatan yang dilakukan selama pelayanan dilaksanakan untuk mendapatkan gambaran tentang kreaktifan peserta didik dan efektivitas layanan yang diberikan.

- Laiseg (Penilaian Segera)

1. Pembahasan mengenai pengertian Gaya Hidup Hedonisme
2. Siswa mendengarkan Konselor dengan saksama

Diketahui

Medan, September 2019

Guru BK

Peneliti

(Nyi.Nani Lestari S.Pd)

(Dhita Azhari)

Disetujui oleh

Kepala Sekolah SMA Tamansiswa Medan

(Ki. DRS.DWI GATUT SATRIYONO)

Lampiran III

Lembar Observasi untuk Siswa

I. Aspek yang diobservasi

Sikap Hedonisme siswa dilingkungan sekolah sebelum diberikan layanan konseling individual dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy*

II. Petunjuk

Berikan tanda ceklist(√) pada kolom yang sesuai dengan pernyataan atau gejala yang tampak pada individu yang diobservasi. Ket 1= selalu, 2= sering, 3=kadang-kadang, 4= tidak pernah

Identitas Siswa

1. Nama Sekolah : SMA TAMANSISWA Medan

2. Nama Siswa : TRP

3. Kelas : XII IPS-1

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		1	2	3	4
1	Siswa aktif mengikuti proses konseling			√	
2	Pemahaman siswa dalam layanan bimbingan dan konseling terutama layanan konseling individual				√
3	Siswa mengungkapkan permasalahan dengan terbuka			√	
4	Siswa semakin menyadari permasalahan yang dialaminya				√

5	Siswa memiliki keinginan untuk merubah pikiran dan sikapnya mengenai gaya hidup hedonisme yang dimilikinya			√	
6	Siswa mampu menemukan solusi yang tepat untuk mengurangi gaya hidup hedonisme yang dimilikinya				√
7	Siswa bersedia menerima saran yang baik yang diberikan oleh konselor		√		

Lembar Observasi untuk Siswa

I. Aspek yang diobservasi

Sikap Hedonisme siswa dilingkungan sekolah sebelum diberikan layanan konseling individual dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy*

II. Petunjuk

Berikan tanda ceklist(√) pada kolom yang sesuai dengan pernyataan atau gejala yang tampak pada individu yang diobservasi. Ket 1= selalu, 2= sering, 3=kadang-kadang, 4= tidak pernah

Identitas Siswa

1. Nama Sekolah : SMA TAMANSISWA Medan
2. Nama Siswa : NS
3. Kelas : XII IPS-1

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		1	2	3	4
1	Siswa aktif mengikuti proses konseling			√	
2	Pemahaman siswa dalam layanan bimbingan dan konseling terutama layanan konseling individual			√	
3	Siswa mengungkapkan permasalahan dengan terbuka				√
4	Siswa semakin menyadari permasalahan yang dialaminya			√	
5	Siswa memiliki keinginan untuk merubah pikiran dan sikapnya mengenai gaya hidup hedonisme yang dimilikinya				√
6	Siswa mampu menemukan solusi yang tepat untuk mengurangi gaya hidup hedonisme yang dimilikinya				√
7	Siswa bersedia menerima saran yang baik yang diberikan oleh konselor			√	

Lembar Observasi untuk Siswa

I. Aspek yang diobservasi

Sikap Hedonisme siswa dilingkungan sekolah yang diberikan layanan konseling individual dengan pendekatan *Rational Emotive Therapy*

II. Petunjuk

Berikan tanda ceklist(√) pada kolom yang sesuai dengan pernyataan atau gejala yang tampak pada individu yang diobservasi. Ket 1= selalu, 2= sering, 3=kadang-kadang, 4= tidak pernah

Identitas Siswa

1. Nama Sekolah : SMA TAMANSISWA Medan

2. Nama Siswa : IMS

3. Kelas : XII IPS-1

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		1	2	3	4
1	Siswa aktif mengikuti proses konseling		√		
2	Pemahaman siswa dalam layanan bimbingan dan konseling terutama layanan konseling individual			√	
3	Siswa mengungkapkan permasalahan dengan terbuka			√	
4	Siswa semakin menyadari permasalahan yang dialaminya				√
5	Siswa memiliki keinginan untuk merubah pikiran dan sikapnya mengenai gaya hidup hedonisme yang dimilikinya				√
6	Siswa mampu menemukan solusi yang tepat untuk mengurangi gaya hidup hedonisme yang dimilikinya				√
7	Siswa bersedia menerima saran yang baik yang diberikan oleh konselor		√		

Lampiran IV

HASIL WAWANCARA

Kepada : Guru Bimbingan dan Konseling

Hari/Tanggal : 12 Agustus 2019

Waktu : 08:30 WIB

No	pertanyaan	Deskripsi jawaban
1	Dari hasil pengamatan saya selama magang di sekolah ini, ada masalah mengenai gaya hidup hedonisme oleh siswa dilingkungan sekolah ini, apakah ibu sebagai guru BK setuju dengan hasil pengamatan saya tersebut?	Ya, memang benar disekolah ini ada beberapa siswa yang memiliki gaya hidup hedonisme. Hal ini disebabkan karena siswa terlalu mengikuti trend masa kini, suka dipuji oleh temannya dan mereka ingin bersenang-senang saja tanpa bekerja keras.
2	Bagaimana pendapat ibu tentang gaya hidup hedonisme yang dianut oleh siswa dilingkungan sekolah?	Menurut saya, siswa belum sepatutnya memiliki gaya hidup hedonisme dan hal ini memang menjadi masalah yang perlu diatasi karena jika dibiarkan dapat mengganggu aktivitas dalam proses belajar siswa dan ini merupakan salah satu tugas guru bimbingan dan konseling.
3	Menurut ibu, Apakah faktor yang melatarbelakangi siswa memiliki gaya hidup hedonisme?	Menurut saya, yang melatarbelakangi siswa memiliki gaya hidup hedonisme adalah kurangnya perhatian dari orang tua dan kurangnya kebebasan yang diberikan orang tua mereka.
4	Masalah apa yang timbul pada siswa yang memiliki gaya hidup hedonisme di lingkungan sekolah ?	Masalah yang timbul pada siswa adalah siswa sering cabut pada saat jam mata pelajaran dan bolos ke sekolah. Mereka yang mengalami gaya hidup hedonisme juga mampu membohongi orangtuanya demi mendapatkan uang tambahan.
5	Sejauh mana ibu mengetahui efek dari gaya hidup hedonisme yang dimiliki oleh siswa ?	Efek yang kelihatan dari permasalahan tersebut adalah kurangnya minat belajar siswa

		karena mereka hanya mementingkan kesenangannya saja dan mulai tidak memprioritaskan sekolah mereka.
6	Bagaimana cara ibu mengatasi gaya hidup hedonisme yang dimiliki siswa ?	sejauh ini saya hanya memberikan materi dan ceramah dengan topik yang berkaitan dengan gaya hidup yang seharusnya oleh seorang pelajar.
7	Apakah ada teknik atau pendekatan khusus yang ibu berikan untuk menangani masalah tersebut?	Belum ada, sejauh ini saya hanya sebatas ceramah dan Tanya jawab bersama siswa terkait dengan masalah tersebut.
8	Apakah ibu setuju apabila saya memberikan konseling individual kepada siswa yang masih memiliki gaya hidup hedonisme?	Tentu saja, saya sangat setuju.

HASIL WAWANCARA

SISWA

Kepada : TRP

Hari/Tanggal : 12 Agustus 2019

Waktu : 09:30 WIB

No	Pertanyaan	Hasil Jawaban
1.	Apakah ananda pernah mengikuti layanan konseling individual ?	Belum pernah bu
2.	Jika sudah, Berapa kali ananda sudah mengikuti layanan konseling individual ?	Belum pernah, baru kali ini saya lakukan konseling individual sama ibu, walaupun saya tau apa itu layanan konseling individual
3.	Bagaimana perasaan ananda ketika mengikuti layanan bimbingan dan konseling di sekolah ?	Biasa saja sih bu, saya justru takut layanan konseling individual hanya kita berdua juga disini bu saya jadi gugup
4.	Bagaimana peranan orang tua ananda dalam diri ananda ?	Orangtua saya sibuk bu, kalau lagi gak sibuk pun fokus dengan HP nya
5.	Apa saja yang sering ananda lakukan selama berada di sekolah ?	Keluar kelas saat jam pelajaran berlangsung dikarenakan saya bosan, dan saya langsung menghubungi teman saya untuk pergi mencari hiburan diri
6.	Apakah ananda mengetahui gaya hidup hedonisme ?	Sebelumnya tidak bu, baru kali ini setelah ibu jelaskan baru saya mengerti
7.	Jika ananda memiliki gaya hidup hedonisme apa yang akan ananda lakukan ?	Mungkin saya mencoba segera mungkin untuk mengubahnya, walaupun gak mudah sih bu tapi saya akan terus mencoba
8.	Apakah ada pengaruh orang tua dalam mengurangi gaya hidup hedonisme dalam diri anda?	Jelas ada bu, kalau saja orangtua saya fokus ke saya pasti saya tidak mencari perhatian ke oranglain

HASIL WAWANCARA

SISWA

Kepada : NS

Hari/Tanggal : 12 Agustus 2019

Waktu : 11:00 WIB

No	Pertanyaan	Deskripsi Jawaban
1.	Apakah ananda pernah mengikuti layanan konseling individual ?	Sudah bu
2.	Jika sudah, Berapa kali ananda sudah mengikuti layanan konseling individual ?	Baru sekali bu saya hanya curhat mengenai keluarga saya
3.	Bagaimana perasaan ananda ketika mengikuti layanan bimbingan dan konseling di sekolah ?	Senang , sebab adanya layanan-layanan Bk sedikit membantu saya dalam memecahkan masalah
4.	Bagaimana peranan orang tua ananda dalam diri ananda ?	Orang tua saya sangat sayang sama saya sehingga kemauan saya terus dituruti , ya dalam hal wajar tapi bu
5.	Apa saja yang sering ananda lakukan selama berada di sekolah ?	Saya suka main handphone bu kalau sudah bosan belajar
6.	Apakah ananda mengetahui gaya hidup hedonisme ?	Tau bu, tapi saya tidak mendalaminya hanya sekedar tau gaya hidup yang mementingkan kesenangan
7.	Jika ananda memiliki gaya hidup hedonisme apa yang akan ananda lakukan ?	Saya mencoba untuk menguranginya , kalau bisa pun saya hilangkan bu
8.	Apakah ada pengaruh orang tua dalam mengurangi gaya hidup hedonisme dalam diri anda?	Ada dong bu, bagaimanapun orang tua peran yang utama untuk anak, saya sangat sayang banget dengan orang tua saya bu
9.	Bagaimana respon ananda setelah dilakukan konseling individual untuk mengurangi gaya hidup	Saya senang bu semenjak saya mengikuti konseling

	hedonisme?	individual saya tau bahwa saya memiliki gaya hidup hedonisme dan saya dapat mengurangnya
--	------------	------------------------------------------------------------------------------------------

HASIL WAWANCARA

SISWA

Kepada : IMS

Hari/Tanggal : 12 Agustus 2019

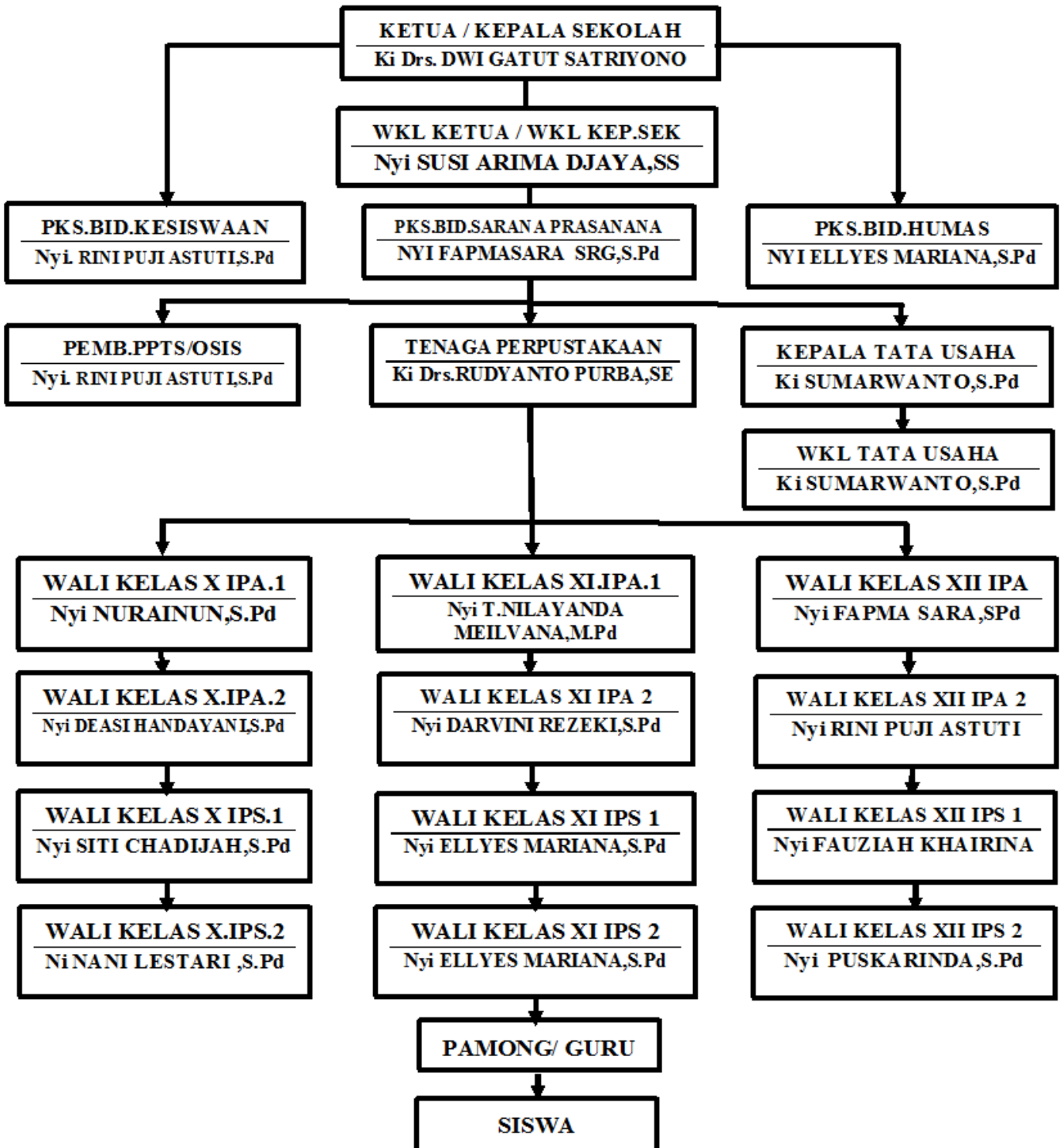
Waktu : 12:30

No	Pertanyaan	Deskripsi Jawaban
1.	Apakah ananda pernah mengikuti layanan konseling individual ?	Sudah bu
2.	Jika sudah, Berapa kali ananda sudah mengikuti layanan konseling individual ?	Sekali bu
3.	Bagaimana perasaan ananda ketika mengikuti layanan bimbingan dan konseling di sekolah ?	Suka sekali saya bu, banyak layanannya jadi saya tidak mudah bosan
4.	Bagaimana peranan orang tua ananda dalam diri ananda ?	Orang tua saya biasa aja sih bu, suka datar jarang menanyakan kegiatan-kegiatan saya tapi masalah uang saku saya tercukupi
5.	Apa saja yang sering ananda lakukan selama berada di sekolah ?	Suka keluar kelas bu, saya kalau sudah bosan belajar langsung permisi keluar sebentar
6.	Apakah ananda mengetahui gaya hidup hedonisme ?	Tidak bu, apa itu hedonisme bu?
7.	Jika ananda memiliki gaya hidup hedonisme apa yang akan ananda lakukan ?	Setelah ibu jelaskan saya menyadari bahwa saya memiliki gaya hidup hedonisme
8.	Apakah ada pengaruh orang tua dalam mengurangi gaya hidup hedonisme dalam diri anda?	Menurut saya ada bu, mungkin karena orang tua saya bersikap biasa aja ke saya jadi saya membuat diri saya jadi perhatian orang lain.

9.	Bagaimana respon ananda setelah dilakukan konseling individual untuk mengurangi gaya hidup hedonisme?	Sangat membantu saya bu, sebab dari pelayanan konseling individual ini saya dapat mengurangi gaya hidup hedonisme yang membuat saya jadi tidak begitu mementingkan pendidikan.
----	-------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Lampiran 5

**STRUKTUR ORGANISASI
TAMAN MADYA (SMA) TAMANSISWA CABANG MEDAN
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**



Lampiran 6

DOKUMENTASI



Saat melakukan wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling



Saat melakukan wawancara dengan siswa (TRP)



Saat melakukan wawancara dengan siswa (NS)



Saat melakukan wawancara dengan siswa (RD)



Berfoto dengan Wali Kelas XI IPS-1