



The Relationship Between Ego Identity and Hedonistic Lifestyle in Adolescents

Rahmadania Fajarista¹⁾ Taufik Taufik¹⁾

¹⁾ Universitas Negeri Padang

rahmadaniafajarista9@gmail.com, taufik@fip.unp.ac.id

ABSTRACT

This research is motivated by the hedonistic lifestyle being one of the phenomena that are often found in teenagers in the modern era. Hedonism that focuses on seeking pleasure and instant gratification is often influenced by social change, technological advances, and the influence of social media. Teenagers who adopt this lifestyle tend to prioritize excessive consumption, entertainment activities, and self-image in their social environment. However, behind the lifestyle that looks fun, the hedonistic lifestyle can also have negative impacts, such as ignoring personal responsibility, weak self-control, and limited development of authentic identity. Ego identity refers to stable self-awareness, including an understanding of the values, goals, and identity of an individual. In adolescents, the formation of ego identity is an important process that determines the direction of their development towards adulthood. This study aims to examine the relationship between the hedonistic lifestyle and the formation of ego identity in adolescents. This study aims to describe the picture of the hedonistic lifestyle in adolescents, describe the picture of ego identity in adolescents, and the relationship between the hedonistic lifestyle in adolescents and ego identity. This study uses a quantitative correlational method. This study involved 83 adolescents in Padang city using incidental techniques. The instruments used were a questionnaire on hedonistic lifestyle in adolescents and an ego identity questionnaire. Data analysis used percentage analysis techniques and was tested using the Pearson Product Moment correlation formula. The results of this study indicate that: (1) the average score of hedonistic lifestyle achievement in adolescents reached 88.16 (60.80) adolescents have a high hedonistic lifestyle, (2) the average score of ego identity achievement in adolescents reached 84.30 (64.85%) adolescents have low ego identity, and (3) there is a significant negative relationship between hedonistic lifestyle in adolescents and ego identity with a correlation of -0.007 and a significance value of 0.949. Thus, it can be interpreted that the higher the hedonistic lifestyle in adolescents, the lower their ego identity, conversely, adolescents with a weak hedonistic lifestyle tend to have a more developed ego identity.

Keywords: Ego Identity, Hedonistic Lifestyle, Teenagers.

PENDAHULUAN:

Di era globalisasi sekarang berbagai bidang seperti ekonomi, teknologi, industri, dan lain-lain telah mengalami kemajuan yang sangat pesat. Indonesia telah memasuki era industri 4.0 merupakan era perkembangan teknologi yang canggih serta memudahkan kehidupan dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Dengan adanya kemajuan ini tentunya akan memudahkan masyarakat dalam melakukan sesuatu. Pada masa sekarang dimana modernisasi yang semakin berkembang, kemungkinan besar orang-orang yang hidup sekarang ini banyak kehilangan kesadaran tentang makna hidup yang lebih mendalam, karena disingkirkan tata nilai tradisional seperti agama, adapun kepercayaan lainnya yang telah digantikan bentuk-bentuk kepercayaan modern seperti gaya hidup.

Gaya hidup hedonisme salah satu bentuk gaya yang memiliki daya tarik bagi remaja (Gushevinalti, 2010). Dengan adanya fenomena tersebut remaja cenderung untuk memilih gaya hidup mewah, enak, dan serba berkecukupan tanpa harus bekerja keras. Gaya hidup hedonisme merupakan pola hidup seseorang yang melakukan aktivitasnya untuk mencari kesenangan hidup, menghabiskan waktunya di luar rumah untuk bersenang-senang dengan temannya, gemar membeli barang yang tidak dibutuhkan serta selalu ingin menjadi pusat perhatian di lingkungan sekitarnya.

Pembentukan *ego identity* merupakan peristiwa yang besar dalam perkembangan kepribadian. Pembentukan *ego identity* terjadi pada masa remaja, *ego identity* menandai akhir masa kanak-kanak dan awal masa dewasa. Dalam proses perkembangan tersebut, terdapat fenomena menarik yang terjadi pada individu, khususnya saat memasuki fase remaja. Remaja, atau yang dikenal dengan istilah adolescence, mengacu pada seseorang yang berada dalam tahap peralihan menuju kedewasaan (Prastuti & Taufik, 2014). Dalam pembentukan *ego identity* melibatkan keterampilan pada masa kecil, keyakinan, dan identifikasi menjadi satu kesatuan yang kurang lebih berhubungan dan unik yang memberikan masa dewasa awal dengan kedua rasa yang kesinambungan dengan masa lalu dan arah untuk menuju masa depan (Pérez et al., 1993).

Jika krisis identitas itu sendiri tidak segera diselesaikan maka tidak akan segera terbentuk identitasnya dan mampu mengakibatkan timbulnya kepribadian yang terombang-ambing karena tidak adanya kejelasan identitas diri. Selain itu, sesuai dengan yang dijelaskan dalam (Taufik & Putriani, 2023) proses pembentukan identitas merupakan aspek penting yang membutuhkan pendekatan holistik. Pendekatan konseling yang berfokus pada eksplorasi *ego identity* dapat membantu remaja mengatasi konflik internal. Karena ini lah yang dapat mempengaruhi remaja menimbulkan perilaku menyimpang. Sebagai seorang individu yang berkembang, diyakini bahwa sebab timbulnya penyimpangan tingkah laku itu adalah bersumber dari rendahnya kompetensi interpersonal yang dimiliki oleh remaja tersebut. Kondisi ini menunjukkan kurang berkembangnya karakter dalam kehidupan sosial remaja (Taufik, 2013). Pada tahap ini banyak sekali terjadi perubahan pada diri remaja tersebut, baik itu perubahan fisik, emosional maupun sosial. Masa perubahan seperti ini biasa juga disebut sebagai masa puber (Juliana, Indra Ibrahim & Afrizal Sano, 2014)

Hasil wawancara para remaja yang sedang bersantai di sebuah cafe mengatakan bahwa mereka biasanya nongkrong ditempat biasa 3-4 kali dalam seminggu sepulang sekolah, bagi mereka ketika sedang duduk-duduk di cafe dengan teman-teman sangat menyenangkan, mereka rela tidak langsung pulang kerumah sepulang sekolah atau belajar, karena bagi mereka tidak ingin melewatkan kesempatan berkumpul dengan teman-temannya, menurut mereka ketika berkumpul dengan teman-teman akan melihat barang-barang lucu yang dipakai oleh teman sebaya yang mereka tiru untuk dibeli.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Penelitian ini dilakukan di cafe yang ada di kota Padang. Subjek yang dilakukan yakni remaja di kota Padang dengan jumlah 83 remaja. Subjek yang dipilih dari yang ditemukannya fenomena perilaku hedonisme pada remaja yang sering *hangout* di cafe. Penelitian ini mendapati responden dengan rentang usia yang termasuk dalam kategori dewasa awal 17-25 tahun (siswa SMA-mahasiswa). Dalam penelitian ini menggunakan teknik *Sampling Incidental*. Siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai responden apabila orang tersebut cocok dengan sumber data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut ini mendeskripsikan hasil penelitian berdasarkan 3 tujuan penelitian yaitu:

1. Mendeskripsikan gambaran gaya hidup hedonisme remaja
2. Mendeskripsikan gambaran ego identity yang dimiliki remaja
3. Untuk menguji hubungan yang mempengaruhi gaya hidup hedonisme pada remaja dengan *ego identity*.

Gaya Hidup Hedonisme Pada Remaja

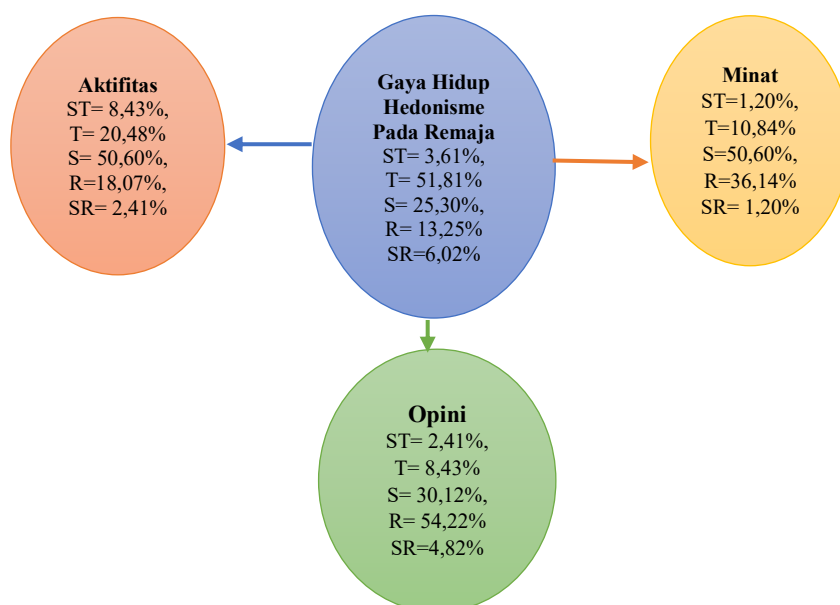
Hasil penelitian tentang gaya hidup hedonisme pada remaja ditampilkan pada tabel 1.

Tabel 1. Rata-Rata Skor dan Persentase Gaya Hidup Hedonisme Pada Remaja

No	Aspek Gaya Hidup Hedonisme	Skor Id	Skor Min	Rata-Rata					Ket
				Skor T	Skor R	Mean	SD	%	
1	Aktifitas (11)	55	11	43	23	33,33	10,35	60,59	Sedang
2	Minat (12)	60	12	41	24	35,24	11,93	58,73	Sedang
3	Opini (6)	30	6	27	11	18,10	5,85	60,32	Rendah
Keseluruhan (29)		145	29	111	58	88,16	6,58	60,80	Tinggi

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui secara keseluruhan tinggi rata-rata skor capaian gaya hidup hedonisme pada remaja 88,16 (60,80%) yang tinggi. Apabila dilihat dari hasil analisis pada masing-masing aspek diperoleh rata-rata skor aktifitas adalah 33,33 (60,59%) remaja yang sedang, rata-rata skor minat adalah 35,24% (58,73%) remaja yang sedang, dan rata-rata skor opini 18,10 (60,32) remaja yang rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa pada umumnya gaya hidup hedonisme pada remaja berada pada kategori tinggi.

Selanjutnya untuk melihat jumlah remaja yang memperoleh gaya hidup hedonisme berdasarkan kategori ditampilkan pada gambar 1.



Gambar 1. Gaya Hidup Hedonisme Pada Remaja

Berdasarkan gambar 1 dapat diketahui gaya hidup hedonisme pada remaja, ada 51,81% gaya hidup hedonisme pada remaja yang tinggi, ada 25,30% gaya hidup hedonisme pada remaja yang sedang, ada 13,25% gaya hidup hedonisme pada remaja yang rendah, ada 6,02% gaya hidup hedonisme pada remaja yang sangat rendah, dan ada 3,62% gaya hidup hedonisme pada remaja yang sangat tinggi. Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan gaya hidup hedonisme pada remaja berada pada kategori tinggi.

Dari gambar 1 menunjukkan bahwa remaja hidup hedonisme merupakan salah satu bantuk gaya hidup yang memiliki daya tarik bagi remaja (Gushevinalti, 2010). Dengan adanya fenomena tersebut, remaja cenderung untuk lebih memilih hidup yang mewah, enak, dan serba berkecukupan tanpa harus bekerja keras. Gaya hidup merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku konsumtif. Gaya hidup seseorang akan menunjukkan pola kehidupannya yang mencerminkan melalui kegiatan, minat, dan opininya dalam berinteraksi di lingkungan sekitarnya. Sedangkan hedonisme dekat dengan sikap konsumtif.

Remaja yang memiliki gaya hidup hedonisme dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti lingkungan sosial, media, dan teknologi. Kotler (2000) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup seseorang ada dua faktor, yaitu yang berasal dari dalam diri individu (internal) dan faktor yang berasal dari luar (eksternal).

Ego Identity

Hasil penelitian tentang *ego identity* dipaparkan pada tabel 2.

Tabel 2. Rata-Rata Dan Skor Persentase Ego Identity

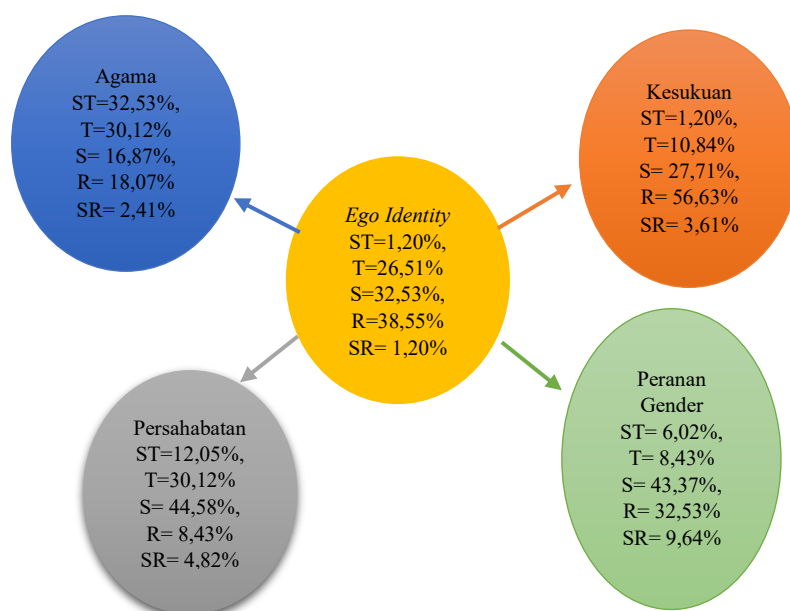
Aspek Ego Identity	Skor Id	Skor Min	Rata-Rata				%	Ket
			Skor T	Skor R	Mean	SD		
Agama (6)	30	6	28	14	22,75	6,00	75,82	Sangat Tinggi
Kesukuan (7)	35	7	34	16	23,20	7,12	66,30	Rendah
Persahabatan (7)	35	7	31	15	22,90	6,97	65,44	Sedang
Peranan Gender (6)	30	6	30	14	20,60	5,97	68,67	Sedang
Keseluruhan (26)	130	26	123	59	84,30	10,68	64,85	Rendah

Dari tabel 2 digambarkan secara keseluruhan rata-rata skor capaian *ego identity* sedang yaitu adalah 84,30 (64,85%) remaja dengan kategori rendah. Hal ini dapat dilihat dari

hasil analisis masing-masing aspek diperoleh rata-rata skor capaian aspek agama 22,75 (75,82%) remaja berada pada kategori sangat tinggi, ada aspek kesukuan 23,20 (66,30%) remaja dengan kategori rendah, ada aspek persahabatan 22,90 (65,44%) remaja dengan kategori sedang, dan ada aspek peranan gender 20,60 (68,67%) remaja dengan kategori sedang. Maka dapat disimpulkan bahwa pada umumnya *ego identity* berada pada kategori rendah.

Menurut Erikson (Yustinus Semuin, 2013) *ego identity* gambaran yang kita miliki tentang diri kita sendiri dalam berbagai peranan sosial. Siapakah diri saya, apa kemampuan yang saya miliki, apakah yang akan saya lakukan dengan hidup saya, apa yang membedakan diri saya dengan orang lain dan bagaimana cara saya melakukan hal itu tersebut. *Ego identity* suatu peristiwa yang klimaksnya terjadi pada masa remaja dimana remaja berusaha untuk menemukan siapakah mereka sebenarnya, apa saja yang ada dalam diri mereka, dan arah mereka dalam menjalani hidup. Untuk menemukan identitasnya remaja seringkali bereksperimen dengan peran-peran yang berbeda, bagi yang berhasil mereka akan mendapatkan pemikiran baru tentang dirinya tetapi bagi yang mengalami kebimbangan mereka bisa mengisolasi dirinya dari teman dan keluarga dan bisa kehilangan identitas dirinya.

Berikutnya pada gambar 2 dipaparkan jumlah remaja yang memiliki *ego identity* berdasarkan kategorinya. Berdasarkan gambar 2 dapat diketahui bahwa tingkat *ego identity* pada remaja bervariasi. Terdapat 38,55% *ego identity* pada remaja yang rendah, ada 32,52% *ego identity* pada remaja yang sedang, ada 26,51% *ego identity* pada remaja yang sangat tinggi, ada 1,20% *ego identity* pada remaja yang sangat rendah, dan ada 1,21% *ego identity* pada remaja yang sangat rendah. Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan *ego identity* pada remaja berada pada kategori rendah.



Gambar 2. Ego Identity

Ditinjau dari masing-masing aspek dapat dilihat bahwa *ego identity* aspek agama ada 32,53% *ego identity* pada remaja yang sangat tinggi. Hal ini menggambarkan bahwa individu yang memiliki nilai religius yang kuat cenderung lebih taat pada ajaran agama, menjaga kesehatan sebagai amanah, dan dipengaruhi oleh lingkungan yang religius. Disisi lain dapat dilihat bahwa aspek kesukuan ada 56,63% *ego identity* pada remaja yang rendah. Hal ini menggambarkan pengaruh nilai kesukuan terhadap perilaku semakin berkurang akibat

modernisasi, keberagaman lingkungan, dan minimnya penekanan tradisional. Selanjutnya aspek persahabatan ada 44,58% *ego identity* pada remaja yang sedang. Hal ini menggambarkan bahwa pengaruh teman dapat memengaruhi perilaku seseorang, dampaknya tidak sepenuhnya dominan. Faktor internal individu, keberagaman pola relasi, dan intensitas interaksi. Dan pada aspek peranan gender ada 43,37% *ego identity* pada remaja yang sedang. Hal ini menggambarkan bahwa ada pengaruh norma dan harapan gender terhadap perilaku diri, perubahan sosial dan pengaruh faktor lain, seperti budaya dan kepribadian individu, membuat dampak peran gender terhadap perilaku ini menjadi moderat.

Ego identity bukan hanya tentang pemahaman diri, tetapi juga tentang bagaimana individu memposisikan diri mereka dalam masyarakat dan dunia. Ini menjadi dasar bagi pertumbuhan pribadi yang sehat dan pemenuhan potensi individu secara optimal.

Hubungan Gaya Hidup Hedonisme Pada Remaja dan *Ego Identity*

Hasil pengujian hubungan kedua variabel dapat diketahui pada tabel 3. Dari tabel 3 dimaknai bahwa terdapat hubungan yang negative dengan tingkat sangat lemah atau tidak terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup hedonisme pada remaja dengan *ego identity*. Dengan besaran koefisien korelasi sebesar -0,007 dengan taraf signifikansi 0,949.

Correlations			
		<i>Ego Identity</i>	Gaya Hidup Hedonisme Pada Remaja
<i>Ego Identity</i>	Pearson Correlation	1	-0,007
	Sig. (2-tailed)		0,949
	N	83	83
Gaya Hidup Hedonisme Pada Remaja	Pearson Correlation	-0,007	1
	Sig. (2-tailed)	0,949	
	N	83	83

Sesuai pedoman koefisien korelasi menurut Riduwan (2009) nilai *pearson correlation* yang didapatkan sebesar -0,007 memiliki tingkat korelasi “sangat lemah”. Hal ini bermakna bahwa gaya hidup hedonisme pada remaja bukan salah satu faktor yang cukup kuat dalam mempengaruhi *ego identity*. Dengan hubungan yang sangat lemah atau tidak terdapat hubungan ini berarti selain *ego identity*, terdapat faktor-faktor lain yang turut berkontribusi mempengaruhi gaya hidup hedonisme pada remaja yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

Sejalan dengan itu Luyckx et al. (2006) menemukan bahwa remaja dengan eksplorasi identitas yang rendah lebih mungkin untuk mengadopsi gaya hidup hedonisme. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya kejelasan identitas dapat meningkatkan resiko terjebak dalam pola perilaku hedonisme. Peranan media sosial sering kali memperkuat gaya hidup hedonisme karena mendorong remaja untuk membentuk citra diri berdasarkan tren dan pengakuan eksternal. Hal ini dapat mengganggu pembentukan *ego identity* yang sehat (Twenge, 2017). Hal ini terjadi karena ada faktor yang mempengaruhi gaya hidup hedonisme.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan gaya hidup hedonisme pada remaja berada pada kategori tinggi dan *ego identity* pada remaja berada pada kategori rendah. Hal ini mengindikasikan diperlukan peran konselor untuk memberikan bantuan layanan bimbingan dan konseling kepada remaja pemberian bantuan layanan ditujukan untuk meningkatkan *ego*

identity dan mengurangi gaya hidup hedonisme. Adapun layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan berupa.

1. Layanan Informasi

Pemberian layanan informasi ditujukan kepada remaja, tujuannya untuk memberikan pemahaman dan informasi baru yang perlu diketahui sebagai bahan pertimbangan dalam pengambilan tindakan. Prayitno (2009) menyatakan layanan informasi diberikan sebagai acuan untuk bersikap dan bertindak laku, sebagai pertimbangan bagi arah pengembangan diri, dan sebagai dasar pengambilan keputusan. Layanan informasi dalam bimbingan dan konseling adalah proses menyediakan data, fakta, dan pengetahuan yang relevan kepada individu atau kelompok sebagai bagian dari upaya membantu mereka dalam mengatasi masalah, membuat keputusan, atau mengambil langkah-langkah tertentu dalam hidup mereka. Layanan informasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang berbagai topik yang relevan dengan kebutuhan dan tujuan klien (Syukur, Y. Neviyarni, & Zahri, 2019).

Hal ini menunjukkan bahwa dalam memberikan layanan informasi perlu menerapkan pendekatan pembelajaran yang inovatif dan efektif dalam membantu menyelesaikan permasalahan remaja. Banyak metode, teknik dan model pendekatan pembelajaran di dalam strategi pembelajaran, salah satu pendekatan pembelajaran yang dapat diberikan adalah pendekatan *contextual teaching and learning*. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Suryawatia, Osmanb, & Meerahc (2010) menunjukkan bahwa pembelajaran *contextual teaching and learning* berhasil meningkatkan kemampuan remaja dalam hal keterampilan pemecahan masalah dan sikap ilmiah remaja. Pembelajaran *contextual teaching and learning* dapat meningkatkan kemampuan berpikir kritis remaja dan melatih mereka untuk menjadi lebih berbeda dan evaluatif dibandingkan dengan pembelajaran metode ceramah. Jadi, layanan informasi baik digunakan dengan pendekatan *contextual teaching and learning* dalam mengurangi sikap siswa terhadap gaya hidup hedonisme.

2. Layanan Bimbingan Kelompok

Prayitno (2017) mengemukakan bahwa layanan bimbingan kelompok ditujukan kepada remaja, tujuannya membantu individu dalam mengembangkan diri, kemampuan hubungan sosial, kegiatan belajar, karir/jabatan dan pengambilan keputusan sesuai dengan dinamika kelompok. Dengan adanya layanan bimbingan kelompok ini di harapkan permasalahan terkait *ego identity* dan k gaya hidup hedonisme dapat di atasi dengan baik.

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa konselor memiliki peran dalam meningkatkan *ego identity* dan mengurangi gaya hidup hedonisme, dimana untuk itu dapat diberikan beberapa layanan seperti layanan informasi dan layanan bimbingan kelompok.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa gaya hidup hedonisme pada remaja berada pada kategori tinggi, yang menunjukkan kecenderungan mereka untuk lebih fokus pada pencarian kenikmatan dan kepuasan pribadi. Sementara itu, *ego identity* remaja berada pada kategori rendah, mengindikasikan kesulitan dalam membentuk identitas diri yang stabil dan jelas. Selain itu, ditemukan hubungan negatif yang sangat lemah antara gaya hidup hedonisme dan *ego identity* pada remaja, yang berarti semakin tinggi gaya hidup hedonisme, semakin rendah perkembangan identitas diri mereka, meskipun hubungan ini tidak terlalu signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa remaja yang lebih terfokus pada kenikmatan sesaat cenderung menghadapi tantangan dalam pembentukan identitas diri yang kuat.

DAFTAR RUJUKAN

- Assael, H. (1996). *Costumer Behavior and Marketing Action*. Boston: Psw Kent Publishing.
- Gushevinalti. (2010). Telaah kritis perspektif Jean Baudrilard pada perilaku hedonisme remaja. *Jurnal Idea Fisipol UMB*. 4(15). 45-59.
- J. Juliana, I Ibrahim, A Sano. (2014). Konsep Diri Remaja pada Masa Pubertas dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Vol. II. No. 1. Ferbruari 2014.
- Luyckx, K., Goossens, L., Soenens, B., & Beyers, W. (2006). Membongkar Komitmen Dan Eksplorasi: Validasi Awal Model Integratif Pembentukan Identitas Remaja Akhir. *Jurnal Remaja*, 29(3), 361–378.
- Pérez, A. (1993). *Ego Identity A Handbook for Psychosocial Research*. In BMC Public Health (Vol. 5, Issue 1).
- Prayitno. (2017). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Padang: UNP Press.
- Prastuti, A. P., & Taufik. (2014). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Problem Focus Coping Dengan Perilaku Delinkuen pada Siswa SMP. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 15(1), 15–23.
- Riduwan. (2009). *Metode dan Teknik Menyusun Proposal Penelitian*. Alfabeta.
- Syukur, Y., Neviyarni, S., & Zahri, F. (2019). Hubungan antara kepercayaan diri dengan perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 7(1), 12–19
- Semiun, Y. (2013). *Kesehatan mental: Pemahaman dan pendekatan konseling*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Santrock, John W. (2003). *Adolescence-Perkemabngan Remaja (Edisi Keenam)*. Jakarta: Erlangga
- Suryawati, E., Osman, K., & Meerah, TSM (2010). Efektivitas pembelajaran kontekstual rangka terhadap kemampuan pemecahan masalah dan sikap ilmiah siswa. *Procedia - Ilmu Sosial dan Perilaku*, 9, 1717–1721.
- Taufik. (2013). Pengembangan Kemampuan Interpersonal Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*. Vol. XIII. No 1, April 2013.
- Taufik & Putriani, L. (2023) *Pendekatan Dalam Konseling*. Padang: Tahta Media Group