

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan gaya hidup hedonis pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam UIN Imam Bonjol Padang, dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Hasil kategorisasi harga diri mahasiswa di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, UIN Imam Bonjol Padang, menunjukkan bahwa 92,61% mahasiswa berada dalam kategori harga diri tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki harga diri yang baik. Individu dengan harga diri tinggi umumnya mampu mengatasi kecemasan, perasaan kesepian, dan penolakan dari lingkungan sosial mereka. Semakin positif harga diri yang mereka miliki, semakin besar kemampuan mereka untuk merasa diterima dan beradaptasi dengan lingkungan sosial mereka. Lebih jauh lagi, harga diri yang positif berkontribusi pada pengembangan kepribadian yang percaya diri dan kemampuan untuk mengambil keputusan secara mandiri tanpa tekanan atau pengaruh dari lingkungan sekitar.
2. Kategorisasi tingkat gaya hidup hedonistik di kalangan mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam UIN Imam Bonjol Padang menunjukkan bahwa 51,14% mahasiswa termasuk dalam kategori rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tidak

memiliki kecenderungan tinggi terhadap aktivitas yang semata-mata berorientasi pada pencarian kesenangan, seperti sering menghabiskan waktu di luar rumah, menikmati pertemuan di kafe, atau terlibat dalam perilaku konsumsi yang berlebihan. Kondisi ini menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam UIN Imam Bonjol Padang masih mempertimbangkan aspek fungsional dan kebutuhan ketika terlibat dalam aktivitas konsumsi.

3. Hasil analisis data menunjukkan hubungan negatif antara harga diri dan gaya hidup hedonistik di kalangan mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam UIN Imam Bonjol Padang. Temuan ini berarti bahwa semakin tinggi harga diri seorang mahasiswa, semakin rendah kecenderungannya terhadap gaya hidup hedonistik. Sebaliknya, mahasiswa dengan harga diri rendah cenderung memiliki gaya hidup yang lebih hedonistik. Hal ini menunjukkan bahwa harga diri yang baik berperan dalam membantu mahasiswa melatih pengendalian diri, memungkinkan mereka untuk menghindari pola dan perilaku konsumsi yang semata-mata berfokus pada pencarian kesenangan.

B. Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam UIN Imam Bonjol Padang diharapkan dapat meningkatkan *self-esteem* dengan baik dengan cara mengenali potensi diri, menerima kelebihan dan kekurangan diri, serta tidak menggantungkan penilaian diri pada

pengakuan sosial, penampilan, atau kepemilikan materi. Mahasiswa juga disarankan untuk lebih bijak dalam mengontrol perilaku konsumtif yang mengarah kepada gaya hidup berlebihan dan kecenderungan mencari kesenangan sesaat, serta mengarahkan energi dan waktu pada aktivitas yang bersifat produktif dan pengembangan diri. Dengan memiliki *self-esteem* yang sehat, mahasiswa diharapkan mampu menghindari gaya hidup hedonis yang berlebihan dan menjalani kehidupan yang lebih seimbang sesuai dengan nilai moral dan akademik.

2. Bagi orang tua

Orang tua diharapkan dapat berperan aktif dalam membentuk dan memperkuat harga diri anak melalui dukungan emosional, komunikasi yang terbuka, serta pemberian apresiasi yang proporsional terhadap usaha dan pencapaian anak. Harga diri yang sehat dapat membantu anak memiliki penilaian diri yang positif sehingga tidak mudah mencari pengakuan melalui simbol-simbol materi atau mengikuti tren gaya hidup yang bersifat hedonis. Selain itu, orang tua disarankan untuk menanamkan nilai kesederhanaan, tanggung jawab, serta pengelolaan keuangan yang bijak sejak dini, serta menjadi teladan dalam menjalani gaya hidup yang seimbang. Dengan keterlibatan dan pengawasan yang tepat, orang tua dapat menjadi faktor protektif dalam mencegah berkembangnya kecenderungan gaya hidup hedonis yang berlebihan pada mahasiswa.

3. Bagi Kampus / Instansi

Pihak kampus diharapkan dapat berperan aktif dalam membantu mahasiswa mengembangkan *self-esteem* yang positif melalui penyelenggaraan program pembinaan karakter, konseling psikologis, seminar pengembangan diri, serta kegiatan kemahasiswaan yang berorientasi pada nilai akademik, spiritual, dan sosial. Kampus juga disarankan untuk memberikan edukasi mengenai gaya hidup sederhana dan pengelolaan keuangan yang sehat agar mahasiswa tidak terjebak pada gaya hidup hedonis. Dengan adanya lingkungan kampus yang suportif, diharapkan mahasiswa dapat tumbuh menjadi individu yang memiliki *self-esteem* yang kuat dan perilaku hidup yang lebih bertanggung jawab.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti topik serupa, disarankan untuk memperluas jumlah dan karakteristik subjek penelitian, misalnya dengan melibatkan mahasiswa dari fakultas atau universitas yang berbeda agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas. Peneliti selanjutnya juga dapat menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi gaya hidup serta penggunaan metode penelitian kualitatif atau mixed methods dapat dipertimbangkan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika *self-esteem* dan gaya hidup hedonis pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, A., & Prapanca, D. (2023). Dampak gaya hidup hedonisme dan kecerdasan spiritual terhadap perilaku keuangan Generasi Z dengan locus of control sebagai variabel intervening. *IJIEB: Indonesian Journal of Islamic Economics and Business*, 8(2), 303–320.
- Al Husna, H. (2022). Hubungan antara self-esteem dan self-confidence remaja panti asuhan di Kecamatan Lima Kaum. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(1),
- Anggraini, R, T., & Santhoso, F, H. (2017). Hubungan Antara Gaya Hidup Hedonis Dengan Perilaku Konsumtif Pada Remaja. *Gajah Mada Journal Of Psychology*. 3(3). 131-140.
- Anjani, M., & Guspa, A. (2024). Hubungan antara gaya hidup hedonis dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa UNP. *Causalita: Journal of Psychology*, 2(2), 187–194. <https://doi.org/10.62260/causalita.v2i2.305>
- Aristawati, A. R., Meiyuntariningsih, T., Cahya, F. D., & Putri, A. (2021). Emotional Intelligence Dan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengalami Quarter-Life Crisis. *Psikologi Konseling*, 19(2), 1035. <https://doi.org/10.24114/Konseling.V19i2.31121>
- Azwar, S. (2022). *Reliabilitas Dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azzah, R, F. (2022). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Gaya Hidup Hedonis Pada Mahasiswa Hukum Universitas Islam Riau. Skripsi. Fakultas Psikologi. Pekanbaru: Universitas Islam Riau Pekanbaru.
- Baron, R.A. & Bryne, D. (2004). *Psikologi Sosial Edisi Sepuluh Jilid 1*. Jakarta: Erlangga
- Brilliandita, A., & Putrianti, F. G. (2017). HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN KECENDERUNGAN GAYA HIDUP HEDONISME PADA MAHASISWI PSIKOLOGI UST YOGYAKARTA. *Jurnal Spirits*, 5(2), 45–49. <https://doi.org/10.30738/spirits.v5i2.1065>
- BURHAN, HUMAIRA (2019) HUBUNGAN ANTARA SELF ESTEEM DENGAN GAYA HIDUP HEDONIS DI KALANGAN MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU BUANA. Tesis S1, Universitas Mercu Buana. <http://repository.mercubuana.ac.id/id/eprint/56382>
- Coopersmith, Stanley. (1967). *The Antecedents Of Self Esteem*. University Of California: Davis. San Fransisco: W.H Freeman And Company.

- Desryani, V, N,. (2016). Hubungan Antara Harga Diri Dan Gaya Hidup Hedonisme Dengan Body Image. *Ejurnal Untag Samarinda*
- Dewantari, J, P. (2024). Hubungan Antara Konformitas Dan Harga Diri Terhadap Gaya Hidup Hedonis Pada Siswa Smas Nasima Semarang. Skripsi. Fakultas Psikologi. Semarang: Universitas Islam Sultan Agung Semarang
- Dewi, L. F., Nur'aini, S., & Kusumaningtyas, N. (2021). Citra diri terhadap kecenderungan hedonistic lifestyle pada mahasiswa. *Psychoidea*, 19(1), 1–5. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v19i1.6064>
- Engel, J.F., Blackwell, R.D., & Miniard, P.W. (1994). *Perilaku Konsumen*. Jilid1. Edisi Enam. Alih Bahasa : Budiayanto. Jakarta: Binarupa Aksara
- Hanief, Y.N., & Himawanto, W. 2017. *Statistik Pendidikan*: Yogyakarta. Deepublish.
- Hendriana, D. (2023). Peran Ilmu Pengetahuan Dan Pengaruh Kemajuan Teknologi Digital Dalam Pelaksanaan Tugas Kekhalifahan Manusia. *Rausyan Fikr: Jurnal Pemikiran Dan Pencerahan*, 19(1). <https://doi.org/10.31000/Rf.V19i1.7730>
- Hidayat, K., & Bashori, K. (2016). *Psikologi Sosial*. Jakarta : Erlanggakotler, P. (1997). *Principles Of Marketing: Consumer Behavior*. Edisi 3. Alih Bahasa: Sindoro Dan Molan. Jakarta:Prenhalindo
- Jasmadi, & Azzama, A. (2016). Hubungan harga diri dengan perilaku konsumtif remaja di Banda Aceh. *Jurnal Psikoislamedia*, 1(2).
- Latandi, G. (2022). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Harga Diri Dengan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa Kelas X Sma Negeri 5 Tana Toraja. *Pinisi Journal of Education*, 2(5),
- Lesmana, T & Rudi, S. (2019). Karakteristik Kepribadian, Harga Diri Dan Gaya Hidup Hedonisme Pada Mahasiswa Konsumen *Starbucks*. *Jurnal Ilmu Perilaku*. 3(1)
- Maisyaroh, S. (2016). Hubungan Harga Diri Dan Gaya Hidup Hedonis Terhadap Kecenderungan Pembelian Kompulsif Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Uin Maliki Malang. Skripsi, Fakultas Psikologi, Malang: Uin Maulana Malik Ibrahim
- Marina, D, F,. (2024). Analisis *Self Esteem* Mahasiswa Bergaya Hidup Hedonisme: Literatur Review. *Jurnal Psimawa*. 7(1). 126-132
- Martha. S.H., Dan Setyawan, I. (2010). Correlation Among Self-Esteem With A Tendency Hedonist Lifestyle Of Students At Diponegoro University. *Journal Of Psychology*. Diakses Melalui [Http://Www.Eprints.Undip.Ac.Id](http://Www.Eprints.Undip.Ac.Id).

- Mruk, Chritopher. (2006). *Self Esteem Research, Theory, & Practice*. New York: Spinger Publishing Company
- Muhamat, H., & Rustam, H. (2022). The hedonistic lifestyle among students: Influence by gratitude and self-control. *Journal of Educational Health and Community Psychology*, 11(4). <https://doi.org/10.12928/jehcp.v11i4.24632>
- Muharnia Dewi Adilia. 2010. hubungan self-esteem dengan optimisme meraih kesuksesan karir pada mahasiswa fakultas psikologi uin syarif hidyatullah :Jakarta.Skripsi..hlm.42
- Mulianingrum, RC, & Putri Kita, KA . (2025). Harga Diri dan Kecenderungan Kecemasan Sosial pada Mahasiswa Dewasa Awal yang Merantau. *Jurnal Integrasi Riset Psikologi*, 3 (1), 44–50. <https://doi.org/10.26486/intensi.v3i1.4011>
- Noor, J. (2017). *Metodelogi Penelitian (Skripsi, Tesis, Disertasi, & Karya Ilmiah)*. Jakarta: Kencana
- Nurhasanah, Herni, P.(2024). Studi Literatur: Dampak Positif Dan Negatif Dalam Penggunaan Teknologi Media Sosial Pada Kalangan Remaja. *Jurnal Humanis*. 4(2)
- Nurhidayat, T. (2024). Analisis asuhan keperawatan penerapan terapi afirmasi positif terhadap quality of life pada pasien Ny. W dan Ny. D dengan harga diri rendah di Panti Sosial Bina Laras Harapan Sentosa 2. *Jurnal Kreativitas Pengabdian kepada Masyarakat (PKM)*, 7(8), 3724–3735. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i8.15744>
- Putri, A,R. (2024). Hubungan Antara Gaya Hidup Hedonis Dengan Harga Diri Pada Mahasiswa Generasi Z Universitas Swasta Jakarta. *Jurnal Pendidikan Dan Sosial Budaya*. 4(5).
- Putro, D. (2021). Perkembangan Tren Membaca Komik Pada Era Digital Di Indonesia. Source : *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 7(2), 115. <https://doi.org/10.35308/Source.V7i2.3640>
- Praja, D. D., & Damayantie, A. (2013). Potret gaya hidup hedonisme di kalangan mahasiswa (Studi pada mahasiswa Sosiologi FISIP Universitas Lampung). *Sociologie*, 1(3).
- Ratri, I,K., Prakrisno, S., Eva, N, R & Setia, B (2023). Gambaran *Quarter-Life Crisis* Wanita Dewasa Awal Di Era Digital Studi Fenomenologi : Wanita Di Surabaya. *Jurnal Psikologi Humanistik* '45.11(2)
- Ritonga, L, S & Rosatyani, P, A. (2022). Pengaruh Gaya Hidup Hedonis Dan *Self Esteem* Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal Brpkm*. 2(1). 476-485

- Russell, B., Jatmiko, S., & Kamdani. (2016). Sejarah filsafat Barat: Dan kaitannya dengan kondisi-sosio-politik dari zaman kuno hingga sekarang / Bertrand Russell ; penerjemah, Sigit Jatmiko ... [Et al.] ; penyunting, Kamdani. (cet. 4). Pustaka Pelajar
- Santrock, J., W. (2003). Adolescence. Perkembangan Remaja. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.
- Sianturi, JVM, Marpaung, W., & Manurung, Y. (2019). Perilaku Konsumtif Ditinjau Dari Harga Diri Pada Siswa-Siswi SMA Negeri 4 Medan. *Jurnal Diversita* , 5 (1), 58–66. <https://doi.org/10.31289/diversita.v5i1.2375>
- Sriyono, Sri Mardiyanti. (2024). Dampak Penggunaan Teknologi Informasi Dan Komunikasi Terhadap Kehidupan Sosial. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*. 7(4).
- Sudjatmoko. (2015). Leader Transformatif. Sonorejo: Panembahan Senopati.
- Sugiyono. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif Dan R&D. Bandung: Alfabeta. Cv
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D. Bandung: Alfabeta
- Susianto. H. (1993). Studi Gaya Hidup Sebagai Upaya Dalam Mengenali Kebutuhan Anak Muda. *Jurnal Psikologi Dan Masyarakat*, 1 (1), 55-76.
- Taufa, N, A. (2022). Hubungan Harga Diri Dengan Kecenderungan Gaya Hidup Hedonisme Pada Mahasiswa Sumatera Barat Yang Kuliah Di Banda Aceh. Skripsi. Fakultas Psikologi. Banda Aceh: Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Tri Dayaksini, dan Hudaniah. (2009). Psikologi Sosial. Malang: UMM Press. hlm.65
- Trimartati, N. (2014). Studi Kasus Tentang Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan. *Psikopedagogia*. 3(1). 20-28.
- Widyaningrum, T., & Hakim, S. N. (2024). Hedonism lifestyle in students reviewed from self-concept and religiosity. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi)*, 15(2), 1–14. <https://doi.org/10.24036/rapun.v15i2.124249>
- Yuliyasinta & Triana N, E,. (2017). Gaya Hidup Hedonis Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Harga Diri. *Jurnal Publikasi Ilmiah*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.