

**Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Gaya Hidup
Hedonis Pada Wanita Dewasa Awal Di Samarinda**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Strata I Program Studi Psikologi**



oleh:

DESITA SARI
NIM. 1402105066

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS MULAWARMAN
SAMARINDA
2021**

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN GAYA HIDUP
HEDONIS PADA WANITA DEWASA AWAL DI SAMARINDA**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Strata I Program Studi Psikologi**



oleh:

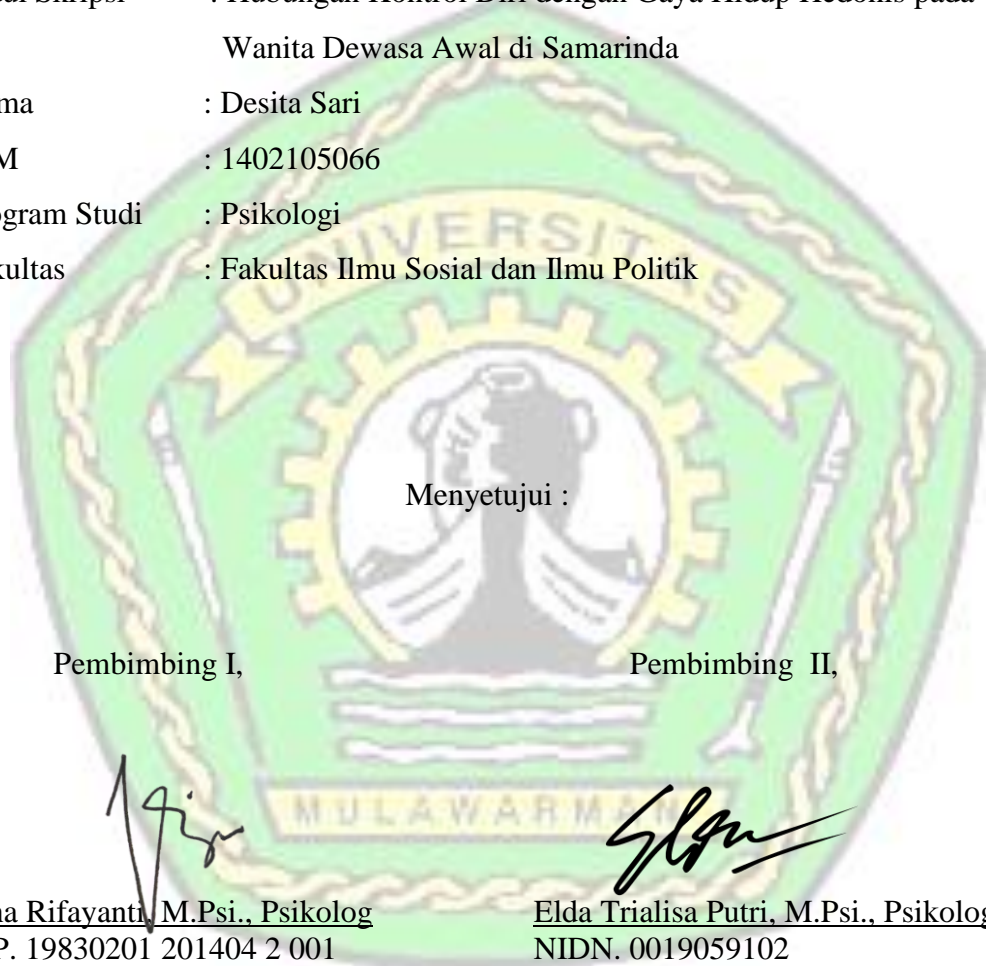
DESITA SARI
NIM. 1402105066

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS MULAWARMAN
SAMARINDA**

2021

HALAMAN PENGESAHAN


Judul Skripsi : Hubungan Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonis pada
Wanita Dewasa Awal di Samarinda
Nama : Desita Sari
NIM : 1402105066
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik




Menyetujui :

Pembimbing I,

Pembimbing II,


Rina Rifayanti, M.Psi., Psikolog
NIP. 19830201 201404 2 001


Elda Trialisa Putri, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0019059102

Mengetahui,
Dekan
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Dr. H. Mohammad Noor, M. Si
NIP. 19600817 198601 1 001

Lulus Tanggal : 14 Juli 2021

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya buat adalah orisinal, merupakan hasil karya saya sendiri, tidak pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di perguruan tinggi manapun, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam skripsi ini dan disebutkan sumber kutipan dan daftar pustakanya.

Apabila di kemudian hari ditemukan bahwa dalam naskah skripsi ini dapat dibuktikan adanya unsur-unsur plagiaris, saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (Sarjana) dibatalkan, serta diproses menurut peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Samarinda, 13 Juli 2021
Penulis,

Desita Sari
NIM. 1402105066

HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

“Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih, Maha Penyayang.”

Karya sederhana ini kupersembahkan untuk:

“Bapak dan Ibu yang aku cintai, yang selalu memberi dukungan moral maupun materi, serta senantiasa mendoakan kesuksesan dan masa depan anaknya”

“Sahabat-sahabatku yang aku banggakan, yang sudah membantu dan memberikan dukungan serta menemani dalam setiap suka dan duka”

MOTTO HIDUP

“It always seems impossible until it’s done.”
(Nelson Mandela)

*“Success isn’t about how much money you make, it’s about the difference you
make in people’s lives.”*
(Michelle Obama)

*“I’ve learned that people will forget what you said, people will forget what you
did, but people will never forget how you made them feel.”*
(Maya Angelou)

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN GAYA HIDUP HEDONIS PADA WANITA DEWASA AWAL DI SAMARINDA

Desita Sari

NIM. 1402105066

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas
Mulawarman

ABSTRAK

Setiap manusia cenderung memilih gaya hidup yang berbeda-beda dan salah satu gaya hidup yang banyak dianut oleh individu di masa modern ini adalah gaya hidup hedonis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal di Samarinda. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah 100 wanita dewasa awal yang memiliki karakteristik hedonis yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kontrol diri dan skala gaya hidup hedonis. Data yang terkumpul diuji dengan menggunakan analisis *pearson product moment*. Hasil penelitian ini menggunakan analisis korelasi *pearson product moment* yang menunjukkan nilai r hitung = $-0.479 > r$ tabel = 0.197 dan nilai $P = 0.000$. Nilai -0.479 merupakan nilai r hitung $> r$ tabel, dimana angka ini menunjukkan korelasi yang sedang antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis. Hubungan yang terjadi antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis adalah hubungan yang negatif.

Kata kunci : kontrol diri, gaya hidup hedonis

***CORRELATION BETWEEN SELF-CONTROL AND HEDONISTIC
LIFESTYLE IN EARLY ADULT WOMEN IN SAMARINDA***

Desita Sari
NIM. 1402105066

*Department of Psychology, Faculty of Social and Political Science, Mulawarman
University*

ABSTRACT

Every human being tends to choose a different lifestyle and one of the most adoptable lifestyles in this modern time is the hedonistic lifestyle. This research is aimed to determine the correlation between self-control with hedonistic lifestyle in early adult women in Samarinda. This research used a quantitative approach. The subjects of this research were 100 early adult women who have hedonic characteristics who were selected using purposive sampling technique. This research used a self-control scale and hedonic lifestyle scale to collect data. The collected data was analyzed using Pearson product moment test. The result of this research used the pearson product moment correlation analysis which shows the value of $r_{count} = -0.479 > r_{table} = 0.197$, and $p = 0.000$. -0.479 is the value of $r_{count} > r_{table}$, which this number indicates a moderate correlation between self-control with hedonistic lifestyle. The correlation between self-control with hedonistic lifestyle is a negative correlation.

Keyword: *self-control, hedonistic lifestyle*

RIWAYAT HIDUP



Desita Sari atau yang biasa dikenal dengan Ecy atau Eceng adalah penulis skripsi ini. Penulis lahir dari orang tua bernama Tarmiji (Papah) dan Herlinawati (Mamah), sebagai anak perempuan tunggal. Penulis dilahirkan pada tanggal 21 Desember 1995 di Samarinda, Kalimantan Timur.

Penulis menempuh pendidikan dimulai dari SD Muhammadiyah 1 Samarinda (*lulus tahun 2007*), melanjutkan ke SMPN 1 Samarinda (*lulus tahun 2010*), melanjutkan ke SMAN 1 Samarinda (*lulus tahun 2013*), kemudian penulis melanjutkan pendidikan Perguruan Tinggi pada tahun 2013 di Fakultas Ilmu Budaya Universitas Mulawarman (*selama 1 tahun*) dan kemudian pada tahun 2014 penulis memulai kembali pendidikan Perguruan Tinggi di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman.

Penulis melakukan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) pada bulan Juli dan Agustus 2017 di UPTD. Panti Bina Sosial Remaja Kota Samarinda. Akhir kata penulis mengucapkan rasa syukur yang sebesar-besarnya atas terselesaikannya skripsi ini yang berjudul **Hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal di Samarinda.**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas anugerah dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonis Pada Wanita Dewasa Awal di Samarinda” untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana dalam bidang Psikologi. Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini tidak lepas dari perhatian, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak yang sungguh berarti dan berharga bagi penulis, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Masjaya, M.Si., selaku Rektor Universitas Mulawarman Samarinda.
2. Bapak Dr. H. Muhammad Noor, M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik.
3. Ibu Lisda Sofia, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mulawarman, terima kasih telah membantu mempermudah penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini.
4. Ibu Rina Rifayanti, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I, terima kasih telah meluangkan waktu untuk membimbing dengan sabar dan memberikan saran untuk kesempurnaan skripsi ini.

5. Ibu Elda Trialisa Putri, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing II, terima kasih telah meluangkan waktu untuk membimbing dengan sabar dan memberikan saran untuk kesempurnaan skripsi ini.
6. Ibu Dr. Diah Rahayu, S.Psi., M.Si., selaku dewan penguji yang telah memberikan masukan dan koreksi dalam penulisan skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikannya dengan baik serta selaku dosen penasehat akademik yang telah memberikan motivasi kepada peneliti.
7. Ibu Ayunda Ramadhani, M.Psi., Psikolog, selaku dewan penguji yang telah memberikan masukan dan koreksi dalam penulisan skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikannya dengan baik.
8. Para Dosen dan Staf di lingkungan Universitas Mulawarman Samarinda, khususnya di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik dan Program Studi Psikologi.
9. Orang tua yang tercinta Bapak Tarmiji dimanapun berada, Bapak Normansyah dan Ibu Herlinawati yang tiada henti-hentinya memberikan semangat, dukungan, serta doa-doa yang selalu dipanjatkan dalam setiap sujud untuk anak tunggalnya agar dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
10. Sahabat-sahabat sejati, Alfi, Ongi, Rabel, Az, Iki, Bunga, Shafa, Bang Adhit, dan Lukman yang selalu memberi banyak perhatian, semangat, motivasi mental dan emosional serta menemani dalam suka dan duka dalam penyelesaian skripsi ini.
11. Teman-teman terbaik, Raka, Eky, Alek, Alip, Ari, Een, Badri, Depe, Dise, Denza, dan lainnya yang tidak dapat disebutkan satu-persatu, terima kasih

karena telah memberikan semangat dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.

12. Teman-teman seperjuangan skripsi, Ega, Dea, Oneng, Chika, Octy, Fenny, Nde, dan teman-teman seperjuangan lainnya di Psikologi 2014 yang tidak dapat disebutkan satu-persatu, terima kasih karena selalu ada ketika dibutuhkan, serta selalu memberi semangat dan motivasi yang terbaik dalam penyelesaian skripsi ini.
13. Teman-teman psikologi yaitu Azizah, Winda, Echa, Lia, kak Panji, dan kak Nindi yang telah membantu dalam memberi semangat dan motivasi, serta saran dalam penyelesaian skripsi ini.
14. Semua teman-teman lainnya yang tidak dapat disebutkan satu-persatu yang selalu membantu dan memberi semangat serta motivasi yang berlimpah dalam penyelesaian skripsi ini.

Demikian, semoga bantuan dan doa yang diberikan oleh semua pihak mendapatkan imbalan yang berlipat dari Allah SWT. Akhir kata penulis mohon maaf apabila dalam penulisan skripsi ini masih terdapat banyak kesalahan.

Samarinda, 23 April 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
MOTTO HIDUP	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Gaya Hidup Hedonis	14
1. Definisi Gaya Hidup Hedonis	14
2. Aspek-aspek Gaya Hidup Hedonis	15
3. Faktor-faktor yang memengaruhi Gaya Hidup Hedonis	16
4. Karakteristik Gaya Hidup Hedonis	20
B. Kontrol Diri	21
1. Definisi Kontrol Diri	21
2. Aspek-aspek Kontrol Diri	22
3. Faktor-faktor yang memengaruhi Kontrol Diri	25
C. Kerangka Berpikir	26
D. Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	31
B. Identifikasi Variabel	32
C. Definisi Konseptual	32
1. Gaya Hidup Hedonis	32
2. Kontrol Diri	32
D. Definisi Operasional	32
1. Gaya Hidup Hedonis	32
2. Kontrol Diri	33

E. Populasi dan Sampel	33
1. Populasi	33
2. Sampel	33
F. Metode Pengumpulan Data	35
1. Skala Gaya Hidup Hedonis	37
2. Skala Kontrol Diri	37
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	38
1. Uji Validitas.....	38
2. Uji Reliabilitas	38
H. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	39
1. Skala Gaya Hidup Hedonis	39
2. Skala Kontrol Diri	40
I. Teknik Analisa Data.....	41

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	44
1. Karakteristik Responden.....	44
2. Hasil Uji Deskriptif	44
3. Hasil Uji Asumsi	47
a. Uji Normalitas	47
b. Uji Linieritas	49
4. Hasil Uji Hipotesis.....	59
a. Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	50
b. Uji Analisis Korelasi Parsial	50
B. Pembahasan.....	52

BAB V PENUTUP

A. Simpulan	59
B. Saran.....	59

DAFTAR PUSTAKA	61
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN	65
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Survei Awal Gaya Hidup Hedonis Pada Wanita Dewasa Awal	4
Tabel 2. Skala Pengukuran <i>Likert</i>	36
Tabel 3. <i>Blueprint</i> Gaya Hidup Hedonis	38
Tabel 4. <i>Blueprint Kontrol Diri</i>	38
Tabel 5. Tingkat Keandalan <i>Alpha Cronbach's</i>	40
Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Gaya Hidup Hedonis	40
Tabel 7. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Gaya Hidup Hedonis	40
Tabel 8. Tabel <i>Alpha Cronbach's</i> Skala Gaya Hidup Hedonis	41
Tabel 9. Sebaran Aitem Skala Kontrol Diri	41
Tabel 10. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Kontrol Diri	42
Tabel 11. Tabel <i>Alpha Cronbach's</i> Skala Kontrol Diri	42
Tabel 12. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	44
Tabel 13. Status Pekerjaan Subjek Penelitian	45
Tabel 14. Mean Empirik dan Mean Hipotetik	46
Tabel 15. Kategorisasi Skor Skala Gaya Hidup Hedonis	46
Tabel 16. Kategorisasi Skor Skala Kontrol Diri	47
Tabel 17. Hasil Uji Normalitas	48
Tabel 18. Hasil Uji Linearitas	49
Tabel 19. Tabel Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	50
Tabel 20. Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Terhadap Aktivitas	51
Tabel 21. Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Terhadap Minat	51
Tabel 22. Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Terhadap Opini	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Konsep Kerangka Berpikir	29
Gambar 2. Q-Q Plot Gaya Hidup Hedonis	48
Gambar 3. Q-Q Plot Kontrol Diri	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Penelitian	65
Lampiran 2. Input Data Excel Penelitian Skala Gaya Hidup Hedonis	70
Lampiran 3. Input Data Excel Penelitian Skala Kontrol Diri	71
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas Gaya Hidup Hedonis	72
Lampiran 5. Hasil Uji Validitas Kontrol Diri	73
Lampiran 6. Hasil Uji Reliabilitas Gaya Hidup Hedonis.....	75
Lampiran 7. Hasil Uji Reliabilitas Kontrol Diri	75
Lampiran 8. Hasil Uji Deskriptif	75
Lampiran 9. Kategorisasi Skor	76
Lampiran 10. Uji Asumsi Normalitas	76
Lampiran 11. Uji Asumsi Linieritas	76
Lampiran 12. Uji Korelasi <i>Prooduct Moment</i>	77
Lampiran 13. Uji Korelasi Parsial	77

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa dewasa awal merupakan masa peralihan baik fisik, intelektual maupun sosial dari remaja menuju dewasa. Dewasa awal dimulai pada usia 20 tahun sampai kira-kira usia 35 tahun (Santrock, 2014). Masa dewasa awal ini merupakan masa pencarian pasangan untuk membangun rumah tangga dan berkomitmen. Suatu periode dimana seorang individu tergolong dewasa dan memiliki peran serta tanggung jawab yang besar pula, juga sudah mulai melepaskan diri dari ketergantungan terhadap orang lain terutama dari orang tua, baik secara ekonomis, sosiologis ataupun psikologis. Mereka akan lebih diharapkan untuk menjadi orang yang lebih mandiri dalam berbagai hal (Putri, 2019). Masa ini juga merupakan masa dimana seseorang diharapkan mampu menghadapi berbagai permasalahan dan mampu melakukan kegiatan penyesuaian diri dengan kehidupannya yang baru.

Pada masa modern ini banyak aktivitas yang menawarkan berbagai kesenangan, kepuasan agar dapat melupakan permasalahan untuk sesaat, dimana jika hal ini dilakukan terus menerus akan membentuk suatu pola hidup yang baru yang dapat menjadi suatu gaya hidup. Gaya hidup seperti ini disebut sebagai gaya hidup hedonis yang menurut Kotler dan Armstrong (2010) adalah suatu pola hidup yang aktivitasnya untuk mencari kesenangan hidup, seperti banyak menghabiskan waktu di luar rumah, lebih banyak bermain, senang pada keramaian kota, senang

membeli barang mahal yang disenanginya, serta selalu ingin menjadi pusat perhatian.

Gaya hidup hedonis ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah jenis kelamin (Mayasari, 2014). Hasil penelitian terkait yang dilakukan oleh Baiduri (2013) di Indonesia mengatakan bahwa secara gender, kebanyakan yang terlibat dalam kehidupan hedonis ini adalah wanita, karena wanita lebih memperhatikan gaya hidup mereka, khususnya dalam berpakaian. Biasanya para lelaki lebih menyukai pakaian yang membuat mereka nyaman dan menurut mereka itu sudah cukup untuk menunjukkan kepercayaan diri mereka.

Pandangan hedonis ini juga sangat berpengaruh pada kehidupan seseorang, hingga dapat membuat seseorang bertindak sedemikian rupa sampai melupakan halal haramnya agar dapat mencapai jumlah kenikmatan yang besar atau banyak dan juga akan berusaha menghindari segala sesuatu yang tidak menyenangkan (Azizah & Indrawati, 2015). Hal ini tidak sejalan dengan peran dewasa awal dimana mereka diharapkan untuk mampu menyesuaikan diri dalam menghadapi berbagai permasalahan dan mampu bertanggung jawab atas diri mereka sendiri, bukan menghindari permasalahan yang ada. Serta tahu akan hal yang pantas untuk dilakukan dan tidak.

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Riset Snapcart dalam sebuah media Teknologi Bisnis (2018) kepada 6.123 responden pembelanja rutin *e-commerce* yang dimana merupakan generasi Milenial (berusia antara 25-34 tahun) sebanyak 50 persen, disusul generasi Z (15-24 tahun) sebanyak 32 persen, generasi X (35-44 tahun) sebanyak 16 persen, dan generasi *Baby Boomers* (usia 45 tahun keatas)

sebanyak 2 persen sisanya. Riset Snapcart juga menyebutkan kategori yang diakui paling sering dibeli oleh responden adalah pakaian, aksesoris, tas, sepatu, dan peralatan kesehatan dan kecantikan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lukitasari dan Muis (2016) pada 144 mahasiswa Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Surabaya menunjukkan sedikitnya tujuh bentuk perilaku hedonis yang terlihat, yaitu perilaku berbelanja di Mall sebanyak 39 pilihan, belanja barang bermerek sebanyak 42 pilihan, belanja konsumtif sebanyak 42 pilihan, kebiasaan *nongkrong* sebanyak 23 pilihan, kebiasaan *nongkrong* pada tempat-tempat *elite* sejumlah 25 pilihan, perilaku berwisata sebanyak 30 pilihan, dan kebiasaan menikmati hiburan malam seperti pergi ke *club* malam dan sejenisnya sebanyak 8 pilihan.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada dewasa awal usia 25-34 tahun di Samarinda dengan jumlah 100 responden untuk melihat fenomena gaya hidup hedonis di lapangan didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Survei Awal Gaya Hidup Hedonis Pada Wanita Dewasa Awal

No.	Pernyataan	Jawaban subjek	
		Ya	Tidak
1.	Merasa puas membeli barang yang diinginkan walaupun harganya mahal	84%	16%
2.	Senang menjadi <i>trendsetter</i> dikalangan teman-temannya	74%	16%
3.	Aktif di sosial media berjam-jam setiap harinya	65%	35%
4.	Menghindari permasalahan membuat hidup lebih menyenangkan	63%	37%
5.	Cenderung menghabiskan uang yang dimiliki dalam waktu singkat	61%	39%
6.	Memiliki barang-barang mahal dan <i>branded</i> adalah suatu kebanggaan tersendiri	61%	39%
7.	Meraih kesuksesan dengan bantuan orang lain adalah hal yang wajar	59%	41%
8.	Cenderung menghabiskan waktu luang dengan berbelanja dan nongkrong di mall atau kafe	57%	43%
9.	Berjalan-jalan bersama teman hingga larut malam merupakan hal yang biasa	56%	44%
10.	Bila menginginkan sesuatu harus segera terpenuhi	53%	47%
11.	Mengikuti tren <i>fashion</i> masa kini	52%	48%
12.	Menghabiskan akhir pekan dengan berpesta di <i>club</i> malam	30%	70%

Sumber: Data Primer Diolah (2021)

Tabel di atas merupakan hasil survei awal dari 100 responden wanita yang berusia 25-34 tahun yang menunjukkan bahwa 84 persen responden mengakui bahwa mereka merasa puas membeli barang yang diinginkan walaupun harganya mahal dan 74 persen responden yang mengakui bahwa mereka senang menjadi *trendsetter* di kalangan teman-temannya. Hal ini sesuai dengan pendapat Kotler dan Armstrong (2010) yang mengatakan bahwa pola hidup hedonis selain senang membeli barang mahal, mereka juga selalu ingin menjadi pusat perhatian orang-orang di sekitarnya.

Peneliti juga melakukan wawancara pada salah satu pemilik kafe di Samarinda pada bulan Maret 2020 yang mengatakan bahwa pengunjung yang memadati kafe tersebut rata-rata berusia 18 hingga 35 tahun yang merupakan mahasiswa maupun pekerja. Di antara mereka, ada beberapa pengunjung tetap yang intensitas kedatangannya lebih dari pengunjung biasanya, yaitu sekitar 3-4 kali dalam seminggu. Mereka yang menghabiskan waktu berjam-jam hanya untuk mengobrol atau bermain kartu dan *game online* bersama. Rata-rata dalam satu kali kunjungan, mereka melakukan transaksi sebesar Rp35.000 - Rp150.000.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada bulan April 2020 kepada seorang perempuan berinisial AD berusia 26 tahun yang sedang menempuh pendidikan S2 yang mengakui bahwa kegiatan sehari-hari subjek AD selain berkuliah juga diisi dengan berjalan-jalan dan berbelanja ke mall, menonton di bioskop, membeli barang-barang melalui toko *online*, dan bereksperimen dengan berbagai macam kosmetik dari dalam dan luar negeri yang biasa dilakukan bersama teman-temannya, hanya untuk dijadikan sebagai konten yang kemudian diunggah ke media sosialnya. Hal ini sudah dilakukan sejak 2013 ketika AD pertama kali mengenal *make-up* dan media sosial. Berdasarkan keterangan AD dalam sekali berbelanja dirinya bisa menghabiskan sekitar Rp2.000.000 - Rp15.000.000 hanya untuk membeli pakaian, kosmetik, sepatu, serta parfum yang belum tentu digunakan sehari-harinya. Kegiatan berbelanja ini AD lakukan sekitar 2-3 kali dalam seminggu. Biasanya AD menggunakan kartu kredit yang orang tuanya berikan untuk berbelanja. AD juga mengatakan bahwa dirinya menyukai barang-barang *branded* dengan harga yang bisa dibilang tidak murah, seperti Gucci, Louis

Vuitton, Yves Saint Laurent, dan lainnya karena AD ingin mengikuti gaya berpakaian artis-artis favoritnya yang sering dilihat di media sosial. Menurut AD dengan cara itulah dirinya bisa mendapatkan kepuasan dan kesenangan untuk dirinya serta perhatian dan pujian dari banyak orang. Namun AD bercerita bahwa dirinya sering mendapat teguran dari orang tua serta dosennya mengenai pendidikannya yang tidak kunjung selesai. Pendidikan yang seharusnya sudah dia selesaikan di tahun lalu, menjadi tertunda karena dirinya lebih sering bermain-main dan berfokus membuat konten untuk media sosialnya.

Peneliti juga melakukan wawancara di bulan Desember 2020 kepada subjek kedua yaitu perempuan yang berinisial AC yang berusia 25 tahun yang baru saja menyelesaikan pendidikan S1 yang masih menggantungkan biaya hidup pada orang tuanya. AC mengakui bahwa hampir setiap harinya AC sering menghabiskan waktu di kafe atau restoran mewah untuk sekedar *nongkrong* (duduk-duduk mengobrol) selama 2-3 jam di satu atau dua tempat yang berbeda. Alasan AC memilih tempat yang mewah adalah selain karena merasa lebih puas, agar bisa ditampilkan di media sosialnya sebagai tempat berfoto. AC juga merupakan fans kpop yang hobi mengoleksi *merchandise* resmi dari artis favoritnya yang harganya cukup menjulang. Rata-rata uang yang dikeluarkan dalam sekali pembelian ada lebih dari Rp600.000. Tidak hanya mengoleksi *merchandise* tersebut, AC juga mengatakan bahwa dirinya mengikuti tren mode artis-artis korea mulai dari pakaian, sepatu, aksesoris, kosmetik, hingga parfum yang menjadikannya jauh lebih boros dari sebelumnya. Kegiatan ini membuat AC sering kehabisan uang bulanan sebelum waktunya.

Berbeda dengan subjek perempuan yang berinisial SS pengusaha aksesoris yang berusia 30 tahun yang memiliki hobi *travelling* dan mengoleksi tas-tas bermerek dan mahal yang SS beli di berbagai kota bahkan negara yang dikunjunginya. Menurut SS memiliki tas-tas mahal tersebut merupakan suatu kebanggaan tersendiri bagi dirinya, selain membuatnya merasa lebih percaya diri ketika menggunakan tas tersebut untuk bepergian atau menghadiri acara-acara formal dan non formal, tas bermerek dan mahal itu juga bisa membuatnya terlihat lebih *trendy*. SS bercerita bahwa dirinya sering berdebat dengan suaminya mengenai kebiasaannya yang terlalu sering membeli tas-tas yang tidak selalu digunakannya, bahkan ada beberapa yang hanya disimpan sebagai pajangan. Selain itu, suaminya juga menegur kebiasaan SS yang sering bepergian ke luar kota ataupun ke luar negeri bersama teman-teman arisannya yang membuat SS menjadi jarang berada di rumah mengurus rumah dan anaknya. Selama masa pandemi ini SS mengatakan bahwa SS lebih banyak berada di Samarinda namun tidak membuatnya berdiam diri dirumah, karena SS mengisi waktu luang dengan berbelanja ke mall, pergi karaoke, dan sesekali pergi ke tempat hiburan malam.

Ketiga subjek di atas memiliki kesamaan dalam memiliki ciri-ciri kecenderungan bergaya hidup hedonis. Sejalan dengan yang diungkapkan oleh Susanto (dalam Azizah & Indrawati, 2015) mengenai atribut kecenderungan gaya hidup hedonis yang meliputi lebih senang mengisi waktu luang di mall, kafe dan restoran-restoran, serta memiliki sejumlah barang-barang dengan merek prestisius.

Veenhoven (2003) dalam penelitiannya mengatakan bahwa gaya hidup hedonis dapat menjadi suatu kekhawatiran sosial karena perilaku ini diekspresikan

dengan mengejar gaya hidup mewah dan perilaku yang senang mencari kenikmatan yang dapat menyebabkan individu menjadi tidak peka terhadap lingkungan sekitarnya dan dapat mengarah pada penurunan nilai moral. Dan menurut Febrianti (2017) gaya hidup hedonis dapat memberikan dampak negatif yaitu tidak pernah merasa puas dan terbiasa hidup boros. Selain itu, bisa berdampak secara tidak langsung terhadap munculnya tindakan kriminal, seperti pencurian dan korupsi (Naomi dan Mayasari, 2008). Maka menurut Azizah dan Indrawati (2015) hal terpenting yang harus dimiliki seseorang agar dapat mencegah tingkah laku yang menuruti kata hati atau semaunya seperti perilaku hedonis adalah kontrol diri.

Kontrol diri diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku dengan melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak (Ghufroon & Risnawati, 2014). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Basai (2019) juga menunjukkan bahwa terdapat kontribusi kontrol diri secara signifikan terhadap gaya hidup hedonis sebesar 19,1 persen.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan mengenai kontrol diri kepada subjek AD mengatakan bahwa dirinya sulit menahan diri untuk tidak membeli barang-barang *branded* model terbaru yang sedang populer di kalangan artis-artis favoritnya yang AD lihat di media sosial, karena menurut AD dengan berpakaian seperti artis tersebut dapat membuat dirinya terlihat lebih *up-to-date* dan mendapat lebih banyak perhatian di media sosialnya. Hal itu juga membuat dirinya merasa lebih puas karena memiliki barang yang sama dengan yang dimiliki artis favoritnya. AD juga sering membeli kosmetik dari dalam negeri dan luar negeri

hanya untuk dijadikan konten dan diunggah ke media sosialnya. Beberapa kosmetik yang sudah dicoba dan ternyata tidak cocok untuknya pun terkadang hanya dibiarkan begitu saja hingga menumpuk.

Serupa dengan AD, subjek AC pun mengakui hal yang sama bahwa dirinya sulit menahan diri untuk tidak membeli barang-barang yang sebenarnya tidak terlalu dibutuhkan, seperti *merchandise* resmi dari artis kpop favoritnya yang biasanya hanya akan menjadi pajangan. Namun AC beranggapan bahwa hal itu membuatnya lebih senang dan puas karena dengan cara itulah dirinya mendukung artis tersebut. AC juga tidak peduli jika terlalu banyak menghabiskan uang asalkan bisa memiliki barang-barang tersebut dan juga bisa mengikuti tren *fashion* agar terlihat serupa dengan artis kpop dan dapat terlihat menarik diantara orang-orang di sekitarnya. AC mengakui bahwa dirinya pernah beberapa kali mengambil uang saudaranya diam-diam ketika uang yang ada tidak cukup untuk membeli *merchandise*, sampai saat ini saudaranya tidak pernah mengetahui perbuatannya karena AC selalu mengatakan bahwa itu adalah keteledoran dari saudaranya sendiri. Dalam masa pandemi ini juga AC tidak mengurangi waktu *nongkrong*-nya karena AC berpendapat selama dia memakai masker tentu akan aman-aman saja.

Subjek yang terakhir yaitu subjek SS yang mengatakan bahwa dirinya sudah terbiasa pergi bersenang-senang menghabiskan uang sedari jaman kuliah serta bepergian ke luar kota atau luar negeri hanya untuk menyenangkan diri dan mencari hiburan. Sehingga ketika suami menegur perihal SS yang terlalu banyak keluar rumah dan kurang mengurus rumah tangga, SS malah merasa marah dan tetap melakukan apa yang ingin dia lakukan. Hal itu juga yang akhirnya membuat

hubungan SS dengan suaminya merenggang karena SS merasa suaminya tidak mengerti yang SS inginkan. Pada tahun 2019, SS menggadaikan salah satu mobil suaminya untuk membeli tas mahal, SS membeli ketika ada edisi terbaru yang rilis dari salah satu brand ternama. SS membeli tas tersebut dengan harga sekitar Rp23.000.000. SS mengatakan bahwa dirinya selalu teringat kepada tas tersebut dan beranggapan dengan membeli tas tersebut SS bisa merasa lebih puas dan tenang walaupun harus mengorbankan salah satu mobil kesayangan suaminya.

Berdasarkan dari hasil wawancara ketiga subjek di atas yaitu AD, AC, dan SS yang menunjukkan bahwa ketiga subjek tersebut mengalami kesulitan yang serupa, yaitu kemampuan untuk menghindari sesuatu yang sudah menjadi kebiasaan dan kegemaran mereka. Menurut Anggraini dan Cahyono (2017) melalui kontrol diri yang tinggi maka individu akan mampu menunda kepuasan atau kesenangan pribadinya, sebaliknya individu dengan kontrol diri yang rendah maka dirinya akan lemah dalam menunda kepuasan atau kesenangan pribadinya.

Berdasarkan pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Azizah dan Indrawati (2015) dengan judul kontrol diri dan gaya hidup hedonis pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Diponegoro yang menunjukkan adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis dengan korelasi $r_{xy} = -0.480$ dan $p = 0,001$. Terdapat persamaan dalam variabel penelitian serta kajian teori, tetapi memiliki perbedaan dalam pengambilan sampel, Azizah dan Indrawati menggunakan teknik *convenience sampling*, sedangkan teknik sampling yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Serta terdapat perbedaan pada subjek dan lokasi penelitian, Azizah dan

Indrawati menggunakan remaja akhir sebagai subjek dan melakukan penelitian di Semarang, sedangkan penelitian ini menggunakan dewasa awal sebagai subjek dan melakukan penelitian di Samarinda.

Penelitian terdahulu oleh Anggraini dan Cahyono (2017) dengan judul hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada remaja di Surabaya yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada remaja di Surabaya. Terdapat kesamaan dalam variabel penelitian serta penggunaan skala, yaitu skala *likert*, tetapi terdapat perbedaan pada kriteria subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, tempat penelitian, serta kajian teori. Dalam penelitian Anggraini dan Cahyono memilih remaja akhir yang berusia 18-22 tahun sebagai subjek, menggunakan *simple random sampling* sebagai teknik pengambilan sampel, serta melakukan penelitian ini di Surabaya. Sedangkan penelitian ini memilih wanita yang berusia dewasa awal yaitu 25-34 tahun sebagai subjek, menggunakan *purposive sampling* sebagai teknik pengambilan sampel, serta melakukan penelitian di Samarinda.

Penelitian terdahulu oleh Sukarno dan Indrawati (2018) dengan judul hubungan konformitas teman sebaya dengan gaya hidup hedonis pada siswa di SMA PL Don Bosko Semarang yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara konformitas teman sebaya yang dengan gaya hidup hedonis. Terdapat kesamaan pada variabel terikat yaitu gaya hidup hedonis, tetapi terdapat perbedaan pada variabel bebas. Dalam penelitian Sukarno dan Indrawati memilih konformitas teman sebaya sebagai variabel bebas, sedangkan variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini adalah kontrol diri. Serta terdapat

perbedaan pada pemilihan subjek dan tempat penelitian. Sukarno dan Indrawati memilih remaja berusia 15-17 tahun sebagai subjek penelitian dan melakukan penelitian di Semarang, sedangkan penelitian ini memilih wanita yang berusia dewasa awal yaitu 25-34 tahun sebagai subjek penelitian dan melakukan penelitian di Samarinda. Berdasarkan uraian di atas meskipun telah ada penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan kontrol diri dan gaya hidup hedonis, namun berbeda dengan penelitian yang saya lakukan, maka topik penelitian yang saya lakukan benar-benar asli.

Berdasarkan rangkaian permasalahan yang diuraikan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal di Samarinda.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal di Samarinda ?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai latar belakang dan rumusan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal di Samarinda.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis yang diuraikan sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan ilmiah pada pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi perkembangan dewasa awal mengenai kontrol diri dan gaya hidup hedonis.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis, antara lain :

a. Manfaat untuk subjek penelitian

Bagi wanita dewasa awal diharapkan penelitian ini dapat menjadi acuan pemahaman teoritis yang baik terhadap gaya hidup hedonis dan kontrol diri.

b. Manfaat untuk peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai informasi tambahan bagi peneliti selanjutnya mengenai kontrol diri dan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Gaya Hidup Hedonis

1. Definisi Gaya Hidup Hedonis

Menurut Kotler dan Amstrong (2010) gaya hidup hedonis adalah suatu pola hidup yang aktivitasnya untuk mencari kesenangan hidup, seperti banyak menghabiskan waktu di luar rumah, lebih banyak bermain, senang pada keramaian kota, senang membeli barang mahal yang disenanginya, serta selalu ingin menjadi pusat perhatian. Adapula gaya hidup hedonis menurut Azizah dan Indrawati (2015) adalah pola hidup atau interaksi seseorang dengan lingkungannya yang hanya berorientasi pada kesenangan atau kenikmatan dalam kegiatan, minat, dan pendapat.

Gaya hidup hedonis menurut Sukarno dan Indrawati (2018) adalah pola perilaku yang dapat diketahui dari aktivitas, minat, dan pendapat yang menekankan pada pemuasan kebutuhan materi dalam pencapaian kesenangan hidup sebagai tujuan utama. Sementara menurut Safitri (2018) gaya hidup hedonis adalah suatu pola hidup yang mengarahkan perilakunya dalam penggunaan waktu dan uang untuk mencari kesenangan hidup, seperti lebih banyak bermain, senang pada keramaian kota, senang membeli barang-barang mahal yang disenangi, cenderung *followers* dalam gaya hidupnya dan selalu ingin jadi pusat perhatian.

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa definisi gaya hidup hedonis adalah pola hidup yang aktivitas, minat, dan opininya berorientasi

pada kesenangan hidup seperti banyak menghabiskan waktu di luar rumah, lebih banyak bermain, senang pada keramaian kota, senang membeli barang-barang mahal, cenderung menjadi pengikut (*followers*), dan selalu ingin menjadi pusat perhatian.

2. Aspek-aspek Gaya Hidup Hedonis

Menurut Kotler dan Amstrong (2010) aspek-aspek gaya hidup hedonis adalah:

a. Aktivitas

Aktivitas adalah suatu cara individu dalam mempergunakan waktunya yang diwujudkan dalam bentuk tindakan nyata yang dapat dilihat seperti lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah untuk bermain, hura-hura, pergi ke pusat perbelanjaan maupun kafe, serta senang membeli barang-barang mahal yang sifatnya kurang diperlukan (konsumtif), suka dengan kegiatan bersenang-senang yang penting bersifat praktis, berapapun uang yang dimiliki pasti habis demi memuaskan nafsu semata-mata.

b. Minat

Minat diartikan sebagai suatu ketertarikan yang muncul dari dalam diri individu terhadap lingkungan, sehingga individu tersebut merasa senang untuk memperhatikannya. Minat dapat muncul terhadap suatu objek, peristiwa atau topik yang menekankan pada unsur kesenangan hidup. Minat tersebut dapat berupa dalam hal mode, makanan, benda-benda mewah, menginginkan barang-barang diluar kebutuhannya, tempat berkumpul,

senang pada keramaian kota dan selalu ingin menjadi pusat perhatian di masyarakat.

c. Opini

Opini adalah pendapat atau tanggapan baik secara lisan maupun tulisan yang diberikan individu dalam merespon situasi ketika muncul pertanyaan-pertanyaan atau isu-isu sosial tentang dirinya sendiri dan produk-produk yang berkaitan dengan kesenangan hidup. Jika sudah menjadi kecenderungannya suka dengan kegiatan bersenang-senang jiwa juangnya sangat tipis, inginnya semua mudah. Ketika seseorang melihat sesuatu yang menurut mereka sulit untuk dilakukan maka akan ditinggalkan begitu saja.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek gaya hidup hedonis adalah aktivitas, minat, dan opini.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Gaya Hidup Hedonis

Menurut Kotler dan Amstrong (2010) faktor-faktor yang memengaruhi gaya hidup hedonis ada dua faktor yaitu:

- a. Faktor internal yang terdiri dari sikap, pengalaman dan pengamatan, kepribadian, konsep diri, motif, dan persepsi, dengan penjelasannya sebagai berikut:

- 1) Sikap

Sikap berarti suatu keadaan jiwa dan keadaan pikir yang dipersiapkan untuk memberikan tanggapan terhadap suatu objek yang diorganisasi melalui pengalaman dan memengaruhi secara langsung pada perilaku.

Keadaan jiwa tersebut sangat dipengaruhi oleh tradisi, kebiasaan, kebudayaan dan lingkungan sosialnya.

2) Pengalaman dan pengamatan

Pengalaman dapat memengaruhi pengamatan sosial dalam tingkah laku. Pengalaman dapat diperoleh dari semua tindakannya di masa lalu dan dapat dipelajari. Melalui belajar, orang akan dapat memperoleh pengalaman. Hasil dari pengalaman sosial akan dapat membentuk pandangan terhadap suatu objek.

3) Kepribadian

Kepribadian adalah konfigurasi karakteristik individu dan cara berperilaku yang menentukan perbedaan perilaku dari setiap individu. Beberapa jenis kepribadian dapat menentukan bagaimana individu bertindak terhadap lingkungan sekitarnya. Contohnya ketika seseorang yang cenderung berkepribadian ekstrovert maka individu tersebut lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman-temannya serta lebih terbuka dengan lingkungan sekitar.

4) Konsep diri

Konsep diri sudah menjadi pendekatan yang dikenal amat luas untuk menggambarkan hubungan antara konsep diri konsumen dengan image merek. Bagaimana individu memandang dirinya akan memengaruhi minat terhadap suatu objek. Konsep diri sebagai inti dari pola kepribadian akan menentukan perilaku individu dalam menghadapi

permasalahan hidupnya, karena konsep diri merupakan frame of reference yang menjadi awal perilaku.

5) Motif

Perilaku individu muncul karena adanya motif kebutuhan untuk merasa aman dan kebutuhan terhadap prestise merupakan beberapa contoh tentang motif. Jika motif seseorang terhadap kebutuhan akan prestise itu besar maka akan membentuk gaya hidup yang cenderung mengarah kepada gaya hidup hedonis.

6) Persepsi

Persepsi adalah proses dimana seseorang memilih, mengatur, dan menginterpretasikan informasi untuk membentuk suatu gambar yang berarti mengenai dunia.

- b. Faktor eksternal yang terdiri dari kelompok referensi, keluarga, kelas sosial, dan kebudayaan, dengan penjelasannya sebagai berikut:

1) Kelompok referensi

Kelompok referensi adalah kelompok yang memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap sikap dan perilaku seseorang. Kelompok yang memberikan pengaruh langsung adalah kelompok dimana individu tersebut menjadi anggotanya, saling berinteraksi, saling mengikuti dan menyesuaikan diri. Sedangkan kelompok yang memberi pengaruh tidak langsung adalah kelompok dimana individu tidak menjadi anggota didalam kelompok tersebut. Pengaruh-pengaruh tersebut akan menghadapkan individu untuk mengikuti dan

menyesuaikan diri, perilaku dan gaya hidup tertentu. Beberapa contoh kelompok referensi adalah kelompok minat dan bakat, kelompok teman sebaya, kelompok diskusi, kelompok pekerjaan, dan sebagainya.

2) Keluarga

Keluarga memegang peranan terbesar dan terlama dalam pembentukan sikap dan perilaku individu. Hal ini karena pola asuh orang tua akan membentuk kebiasaan anak yang secara tidak langsung memengaruhi pola hidupnya.

3) Kelas sosial

Kelas sosial adalah sebuah kelompok yang relatif homogen dan bertahan lama dalam sebuah masyarakat, yang tersusun dalam sebuah urutan jenjang dan para anggota dalam setiap jenjang itu memiliki nilai, minat, dan tingkah laku yang sama. Ada dua unsur pokok dalam sistem sosial pembagian kelas dalam masyarakat, yaitu kedudukan (status) dan peranan. Kedudukan sosial artinya tempat seseorang dalam lingkungan pergaulan, prestise hak-haknya serta kewajibannya. Kedudukan sosial ini dapat dicapai oleh seseorang dengan usaha yang sengaja maupun diperoleh karena kelahiran. Peranan merupakan aspek yang dinamis dari kedudukan. Apabila individu melaksanakan hak dan kewajibannya sesuai dengan kedudukannya maka ia menjalankan suatu peranan.

4) Kebudayaan

Kebudayaan meliputi pengetahuan, kepercayaan, kesenian, moral, hukum, adat istiadat, dan kebiasaan-kebiasaan yang diperoleh individu

sebagai anggota masyarakat. Kebudayaan terdiri dari segala sesuatu yang dipelajari dari pola-pola perilaku yang normatif, meliputi ciri-ciri pola pikir, merasakan dan bertindak.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi gaya hidup hedonis ada dua yaitu, faktor internal yang terdiri dari sikap, pengalaman dan pengamatan, kepribadian, konsep diri, dan motif, dan faktor eksternal yang terdiri dari kelompok referensi, keluarga, kelas sosial, dan kebudayaan.

4. Karakteristik Gaya Hidup Hedonis

Menurut Cicerno (dalam Russel, 2004) karakteristik gaya hidup hedonis seseorang dapat dilihat melalui ciri-cirinya, sebagai berikut:

- a. Memiliki pandangan hidup serba instan yaitu selalu melihat sesuatu dari hasil akhir bukan dari proses untuk mencapai hasil akhir itu. Akibatnya seseorang yang berpandangan instan akan melakukan pembenaran atau rasionalisasi dalam memenuhi semua kesenangan-kesenangannya.
- b. Menjadi pengejar identitas fisik. Seseorang yang berpandangan bahwa memiliki barang-barang berteknologi mutakhir dan serba mewah adalah suatu kebanggaan bagi dirinya sendiri.
- c. Memiliki cita rasa yang tinggi. Seseorang merasa tidak puas dengan kenikmatan yang sudah memuaskan bagi kebanyakan orang.
- d. Memiliki banyak keinginan-keinginan yang bersifat spontan.

- e. Tidak tahan hidup menderita. Ketika seseorang mendapatkan masalah yang dia anggap berat, maka dia akan muncul sebagai seseorang yang menganggap bahwa dunia sangat begitu membenci dirinya.
- f. Tidak bisa mengatur keuangan. Seseorang yang memiliki sejumlah uang maka akan habis dan atau tersisa sedikit dengan skala uang yang dimiliki berada di hidup orang menengah dan tidak ada musibah selama memegang uang tersebut. Untuk masalah makanan saja begitu kompleks dan jenisnya banyak, belum termasuk pakaian, rumah, dan barang-barang mewah.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik gaya hidup hedonis adalah memiliki pandangan hidup serba instan, menjadi pengejar identitas fisik, memiliki cita rasa yang tinggi, memiliki banyak keinginan spontan, tidak tahan dengan hidup yang menderita, dan tidak bisa mengatur keuangan.

B. Kontrol Diri

1. Definisi Kontrol Diri

Averill (dalam Ghufroon dan Risnawati, 2014) mendefinisikan kontrol diri sebagai variabel psikologis yang mencakup kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku serta kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Menurut Ghufroon dan Risnawati (2014) kontrol diri merupakan suatu aktivitas pengendalian tingkah laku dengan

melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak.

Adapula menurut Chaplin (2011) kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri dalam artian kemampuan seseorang untuk menekan atau merintang impuls-impuls atau tingkah laku impulsif. Sementara menurut Tangney (2004) kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai dan aturan dimasyarakat agar mengarah pada perilaku positif.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa definisi kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan tingkah laku dengan melakukan pertimbangan-pertimbangan sebelum memutuskan sesuatu berdasar sesuatu yang diyakini, serta standar tertentu seperti moral, nilai, dan aturan masyarakat yang mengarah pada perilaku positif.

2. Aspek-aspek Kontrol Diri

Aspek-aspek kontrol diri menurut Averill (dalam Ghufron dan Risnawati, 2014) terbagi menjadi tiga yaitu:

a. Kontrol Perilaku

Kontrol perilaku menunjukkan kesiapan suatu respon yang secara langsung dapat memengaruhi atau memodifikasi keadaan yang tidak menyenangkan.

Kontrol perilaku dapat dibedakan menjadi dua yaitu:

- 1) Kemampuan mengatur pelaksanaan yaitu kemampuan individu menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan yaitu dirinya atau orang lain.

2) Kemampuan memodifikasi stimulus, yaitu kemampuan individu mengetahui cara dan waktu menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki. Stimulus dapat dihadapi dengan menggunakan beberapa cara di antaranya adalah mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, dan menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir serta membatasi intensitasnya.

b. Kontrol Kognitif

Kontrol kognitif menunjukkan kemampuan individu mengolah informasi yang tidak dikehendaki dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis. Kontrol kognitif terdiri dari dua komponen yaitu:

- 1) Kemampuan memperoleh informasi yaitu kemampuan individu mengantisipasi keadaan atau peristiwa baik atau buruk melalui pertimbangan yang objektif terhadap informasi yang diperoleh. Informasi mengenai keadaan yang tidak menyenangkan dapat membantu individu untuk mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan.
- 2) Kemampuan melakukan penilaian yaitu kemampuan menilai dan menafsirkan keadaan atau peristiwa tertentu dengan memperhatikan segi-segi positif secara objektif.

c. Kontrol Keputusan

Kontrol keputusan menunjukkan kemampuan individu menentukan hasil atau tujuan yang diinginkan. Kontrol keputusan dapat berfungsi dengan baik apabila terdapat kesempatan dan kebebasan dalam diri individu untuk memiliki berbagai kemungkinan tindakan.

Menurut Tangney (2004) aspek-aspek kontrol diri ada lima yaitu:

a. Disiplin Diri

Disiplin diri yaitu mengacu pada kemampuan yang mencerminkan kemampuan diri untuk mengontrol diri seseorang. Hal ini berarti individu mampu memfokuskan diri pada saat melakukan tugas. Individu dengan disiplin diri mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya.

b. Perilaku tidak Impulsif

Perilaku tidak impulsif yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Ketika individu sedang bekerja, ia cenderung tidak mudah teralihkan. Individu yang tergolong tidak impulsif mampu bersifat tenang dalam mengambil keputusan dan bertindak.

c. Kebiasaan Sehat

Kebiasaan sehat yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu. Oleh karena itu, individu dengan kebiasaan sehat akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan. Individu

dengan kebiasaan sehat akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif bagi dirinya meski dampak tersebut tidak diterima secara langsung.

d. Etika Kerja

Etika kerja yaitu yang berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka di dalam layanan etika kerja. Individu mampu menyelesaikan pekerjaan dengan baik tanpa dipengaruhi oleh hal-hal di luar tugasnya meskipun hal tersebut bersifat menyenangkan. Individu dengan etika kerja mampu memberikan perhatiannya pada pekerjaan yang sedang dilakukan.

e. Kehandalan

Kehandalan yaitu aspek yang terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam pelaksanaan rancangan jangka panjang untuk pencapaian tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya untuk mewujudkan setiap perencanaannya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek yang memengaruhi kontrol diri adalah kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kontrol Diri

Menurut Ghufron dan Risnawati (2014) kontrol diri dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia dan kematangan. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik

kemampuan mengontrol dirinya. Individu yang matang secara psikologis juga akan mampu mengontrol perilakunya karena telah mampu mempertimbangkan mana hal yang baik dan yang tidak baik bagi dirinya.

b. Faktor Eksternal.

Faktor eksternal ini di antaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi kontrol diri ada dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

C. Kerangka Berpikir

Setiap individu memiliki karakteristik, keunikan dan perbedaan perilaku yang ditentukan dari cara individu itu berperilaku. Mischel, Shoda dan Mendoza-Denton (dalam Santrock, 2012) dalam penelitiannya menemukan hasil bahwa proses terjadinya perilaku, jika ditinjau dari teori sosial kognitif individu memiliki kemampuan dalam mengatur dan mengontrol perilaku dirinya meskipun kondisi lingkungannya berubah-ubah. Hal tersebut terjadi karena pikiran dapat mengarahkan seseorang untuk mengontrol perilakunya. Hal itu disebut sebagai kontrol diri yaitu kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini (Averill dalam Ghufroon dan Risnawati, 2014). Dalam penelitian Azizah dan Indrawati (2015) mengatakan bahwa kontrol diri dapat

mencegah individu bertingkah laku semaunya, salah satunya dalam memilih gaya hidup yang diinginkan.

Adler (dalam Azizah dan Indrawati, 2015) menjelaskan bahwa gaya hidup sendiri ditentukan oleh inferioritas yang khusus dan merupakan kompensasi dari kekurangsempurnaan tertentu dan didasari pada kekuatan seseorang untuk menanggulangi inferioritas dan meraih superioritas. Kategori usia dewasa awal merupakan individu yang seharusnya telah mampu menahan diri untuk berperilaku yang baik dan mampu bertanggung jawab atas semua perilaku yang diperbuat juga memahami arah dan tujuan hidupnya sehingga dapat mengontrol dirinya dengan baik. Menurut Fatimah (2013) seseorang yang cenderung berorientasi pada gaya hidup hedonis, diduga belum memiliki kontrol diri yang baik. Kotler dan Amstrong (2010) mengatakan bahwa pola gaya hidup hedonis ini dapat dilihat dari aspek-aspek gaya hidup hedonis yakni, aktivitas, minat, dan opini seseorang. Dimana aspek aktivitas sendiri dari gaya hidup hedonis merupakan gambaran bagaimana cara individu mempergunakan waktunya yang diwujudkan dalam bentuk tindakan nyata yang dapat dilihat salah satu contohnya adalah lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah. Kedua adalah minat yang merupakan suatu ketertarikan yang muncul dari dalam diri individu terhadap lingkungan yang bisa membuat individu tersebut merasa senang untuk memperhatikannya, seperti hal mode, makanan, atau benda-benda mewah. Dan opini yang merupakan pendapat yang individu berikan dalam merespon situasi ketika muncul pernyataan-pernyataan atau tentang isu-isu sosial dan produk-produk yang berkaitan dengan kesenangan hidup.

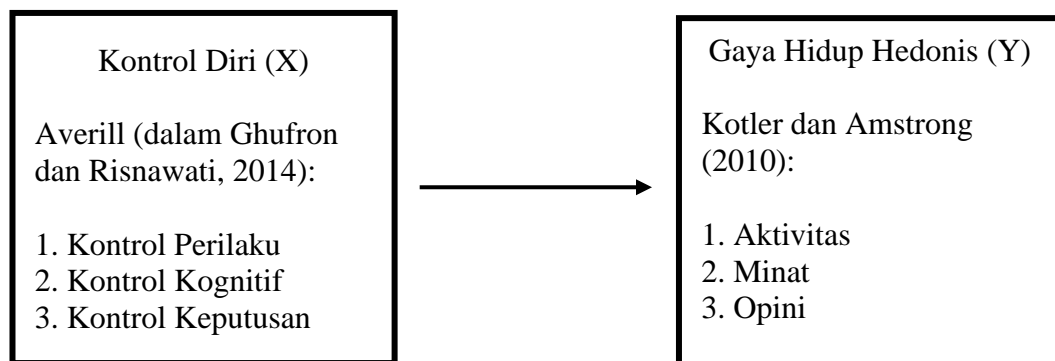
Adapun temuan dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Utami (2018) menjelaskan bahwa orang-orang yang menganut budaya hedonis biasanya cenderung boros, tidak memikirkan dampak positif dan negatifnya yang mana dalam hal ini berkaitan dengan aspek kontrol keputusan pada variabel kontrol diri dimana individu menunjukkan kemampuan individu menentukan hasil atau tujuan yang diinginkan. Kurangnya kontrol keputusan dalam seseorang dapat mengarahkan pada gaya hidup hedonis yang sarat akan gemerlap dan kesia-siaan. Sejalan dengan penelitian Azizah dan Indrawati (2015) juga mengatakan bahwa kontrol diri dapat mempengaruhi individu dalam menahan diri dari hawa nafsu sehingga dapat berperilaku benar berdasarkan hati dan pikiran. Kontrol diri juga dapat menyadarkan individu terhadap konsekuensi berbahaya atas tindakan yang dilakukan sehingga dapat mengontrol dirinya. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hersika, dkk (2020) menemukan bahwa kontrol diri yang baik dapat mencegah terjadinya gaya hidup hedonis pada individu, dan ditemukan juga hasil bahwa seseorang dengan kepribadian yang rendah akan memiliki kecenderungan gaya hidup hedonis yang tinggi.

Kontrol diri terdiri dari tiga aspek yaitu kontrol perilaku yang menunjukkan kesiapan suatu respon yang secara langsung dapat memengaruhi atau memodifikasi keadaan yang tidak menyenangkan, kontrol kognitif yaitu kemampuan individu mengolah informasi yang tidak dikehendaki dengan cara menilai suatu kejadian dalam kerangka kognitif, dan kontrol keputusan yang menunjukkan kemampuan individu menentukan hasil atau tujuan yang diinginkan (Averill dalam Ghufro dan

Risnawati, 2014). Ketiga hal inilah yang diharapkan dapat dimiliki oleh dewasa awal di zaman modern ini agar tetap stabil dalam mengendalikan perilakunya.

Menurut Fatimah (2013) kontrol diri yang baik memiliki karakteristik seperti dapat mengontrol pengeluaran uang, berusaha menghemat uang, dapat mengurangi tekanan pikiran, dapat membuat pikiran tenang, dapat membuat pilihan-pilihan alternatif dalam hidupnya, selain itu juga dapat membuat suatu keputusan yang tepat, dapat memperoleh pengetahuan-pengetahuan baik dari dalam maupun dari luar dirinya, apabila ada suatu permasalahan individu dapat menerima konsekuensi, didalam suatu pembelian individu dapat mengontrol apa saja yang akan dibeli.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan kerangka berpikir pada penelitian ini adalah:



Gambar 1. Konsep Kerangka Berpikir

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian di atas, maka hipotesis penelitian ini adalah:

H₀: Tidak ada hubungan antara kontrol diri dan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal di Samarinda.

H₁: Ada hubungan antara kontrol diri dan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal di Samarinda.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang bekerja dengan angka, yang datanya berwujud bilangan (skor atau nilai, peringkat, atau frekuensi), yang dianalisis dengan menggunakan statistik untuk menjawab pertanyaan atau hipotesis penelitian yang sifatnya spesifik, dan untuk melakukan prediksi yang lain (Creswell, 2014).

Berdasarkan penelitian ini, peneliti menggunakan rancangan penelitian deskriptif yang digunakan untuk mendeskripsikan hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal di Samarinda, sedangkan analisis korelasional digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal di Samarinda.

B. Identifikasi Variabel

Variabel-variabel dalam penelitian ini terdiri dari satu variabel bebas dan satu variabel terikat, yaitu:

1. Variabel Bebas : Kontrol Diri
2. Variabel Terikat : Gaya Hidup Hedonis

C. Definisi Konseptual

1. Gaya hidup hedonis

Gaya hidup hedonis adalah pola hidup yang aktivitas, minat, dan opininya berorientasi pada kesenangan hidup seperti banyak menghabiskan waktu di luar rumah, lebih banyak bermain, senang pada keramaian kota, senang membeli barang-barang mahal, cenderung menjadi pengikut (*followers*), dan selalu ingin menjadi pusat perhatian.

2. Kontrol diri

Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan tingkah laku dengan melakukan pertimbangan-pertimbangan sebelum memutuskan sesuatu berdasar sesuatu yang diyakini, serta standar tertentu seperti moral, nilai, dan aturan masyarakat yang mengarah pada perilaku positif.

D. Definisi Operasional

1. Gaya hidup hedonis

Gaya hidup hedonis adalah suatu pola hidup yang aktivitasnya untuk mencari kesenangan hidup, seperti banyak menghabiskan waktu di luar rumah, lebih banyak bermain, senang pada keramaian kota, senang membeli barang mahal yang disenanginya, serta selalu ingin menjadi pusat perhatian. Adapun aspek-aspek gaya hidup hedonis menurut Kotler dan Armstrong (2010) yang digunakan dalam penelitian ini meliputi aktivitas, minat, dan opini.

2. Kontrol diri

Kontrol diri adalah variabel psikologis yang mencakup kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Adapula aspek-aspek kontrol diri menurut Averill (dalam Ghufron dan Risnawati, 2014) yang digunakan dalam penelitian ini meliputi kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan.

E. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2015) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah wanita yang berusia dewasa awal yaitu 24-35 tahun dan memenuhi karakteristik hedonis menurut Cicerno (dalam Russel, 2004). Jumlah populasi dalam penelitian ini jumlahnya tidak diketahui.

2. Sampel

Sampel diartikan dengan sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Dinamakan penelitian sampel apabila kita bermaksud untuk menggeneralisasikan hasil penelitian sampel untuk menentukan banyaknya sampel (Sugiyono, 2015). Sampel dalam penelitian ini adalah wanita berusia dewasa awal yaitu 24-35 tahun yang telah di skrining berjumlah yang 100 orang.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu yang bertujuan agar data yang diperoleh nantinya lebih bisa *representative* atau terwakili (Sugiyono, 2015). Sampel pada penelitian telah dipilih dengan pertimbangan, adapun karakteristik sampel dalam penelitian ini sebagai berikut:

a. Wanita

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Baiduri (2013) di Indonesia mengatakan bahwa secara gender, kebanyakan yang terlibat dalam kehidupan hedonis ini adalah wanita, karena wanita lebih memperhatikan gaya hidup mereka, khususnya dalam berpakaian. Biasanya para lelaki lebih menyukai pakaian yang membuat mereka nyaman dan menurut mereka itu sudah cukup untuk menunjukkan kepercayaan diri mereka.

b. Berusia dewasa awal yaitu 24 - 35 tahun.

Masa dewasa awal merupakan masa pencarian pasangan, masa reproduktif, masa periode komitmen dan masa ketergantungan, perubahan nilai-nilai, kreativitas dan penyesuaian diri pada pola hidup yang baru, juga masa dimana seorang individu tergolong dewasa dan memiliki peran serta tanggung jawab yang besar pula, juga sudah mulai melepaskan diri dari ketergantungan terhadap orang lain terutama dari orang tua, baik secara ekonomis, sosiologis ataupun psikologis (Putri, 2019). Dan berdasarkan survei yang dilakukan oleh Riset Snapcart dalam sebuah media Teknologi Bisnis (2018) kepada 6.123 responden yang dimana generasi Milenial

(berusia antara 25-34 tahun) sebanyak 50 persen yang menjadi generasi tertinggi sebagai pembelanja rutin *e-commerce*, disusul dengan generasi lainnya.

c. Memenuhi karakteristik hedonis

Berdasarkan hasil screening, subjek yang memenuhi karakteristik gaya hidup hedonis seperti memiliki pandangan hidup serba instan, menjadi pengejar identitas fisik, memiliki cita rasa yang tinggi, memiliki banyak keinginan-keinginan yang bersifat spontan, tidak tahan hidup menderita, dan tidak bisa mengatur keuangan (Cicerno dalam Russel, 2004).

Jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini menggunakan rumus Lemeshow (dalam Arikunto, 2006), hal ini dikarenakan jumlah populasi tidak diketahui dan tak terhingga. Berikut rumusnya :

$$n = \frac{[Z a/2]^2}{E}$$

$$n = \frac{[1,96]^2}{0,20}$$

$$n = 96,04$$

Keterangan :

n : Ukuran Sampel

Z a 2 : Nilai standar daftar luar normal standar bagaimana tingkat kepercayaan (a) 90%

E : Tingkat ketepatan yang digunakan dengan mengemukakan besarnya error maksimum secara 20%

Berdasarkan perhitungan di atas, maka jumlah sampel yang digunakan adalah 96,04 responden. Agar penelitian ini menjadi lebih fit maka sampel diambil

menjadi 100 responden. Sampel di dalam penelitian ini adalah wanita dewasa awal di Samarinda yang memiliki karakteristik gaya hidup hedonis.

F. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah skala. Istilah skala banyak digunakan untuk mengukur aspek afektif. Azwar (2012) menyatakan karakteristik skala sebagai alat ukur psikologis, yaitu:

1. Stimulus berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung mengungkap atribut yang hendak diukur, sehingga subjek tidak mengetahui arah jawaban. Akibatnya jawaban yang diperoleh dari subjek berupa proyeksi dari perasaan dan kepribadian subjek.
2. Berisi banyak aitem, karena atribut psikologi diungkap secara tidak langsung melalui indikator-indikator perilaku diterjemahkan dalam bentuk aitem-aitem.
3. Respon subjek tidak diklasifikasikan sebagai jawaban “benar” atau “salah”. Semua jawaban dapat diterima sepanjang diberikan secara jujur dan sungguh-sungguh.

Penelitian ini menggunakan metode *try out* terpakai, *try out* terpakai atau uji-coba terpakai sebagaimana dijelaskan Hadi (2010) bahwa dalam *try out* atau uji-coba terpakai hasil uji-cobanya langsung digunakan untuk menguji hipotesis penelitian dan tentu saja hanya data dari butir-butir yang sah saja yang dianalisis.

Penelitian ini menggunakan dua macam skala yang meliputi skala gaya hidup hedonis dan kontrol diri. Kedua skala ini menggunakan penilaian modifikasi

skala *Likert* dengan empat alternatif jawaban, SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai) dan STS (sangat tidak sesuai). Skor setiap butir pernyataan berkisar dari 1 sampai 4. Pemberian skor untuk setiap pernyataan *favorable* adalah 4 untuk pilihan jawaban SS (sangat sesuai), 3 untuk S (sesuai), 2 untuk TS (tidak sesuai) dan 1 untuk STS (sangat tidak sesuai). Bobot yang diberikan untuk aitem *unfavorable* 1 pilihan jawaban sangat sesuai (SS), 2 untuk pilihan jawaban sesuai (S), 3 untuk pilihan jawaban tidak sesuai (TS) dan 4 untuk pilihan jawaban sangat tidak sesuai (STS). Skala pengukuran tersebut diuraikan sebagai berikut:

Tabel 2. Skala Pengukuran Likert

Jawaban	Skor <i>Favorable</i>	Skor <i>Unfavorable</i>
Sangat sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak sesuai	2	3
Sangat tidak sesuai	1	4

Favorable adalah pernyataan yang berisi hal yang positif dan mendukung mengenai aspek penelitian, sedangkan *unfavorable* adalah pernyataan sikap yang berisi hal negatif dan bersifat tidak mendukung mengenai aspek penelitian. Adapun instrument dalam penelitian ini akan diuraikan sebagai berikut :

1. Skala gaya hidup hedonis

Skala gaya hidup hedonis yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan modifikasi dari skala yang dibuat oleh Safitri (2018) dan berdasarkan tiga aspek yang dikemukakan oleh Kotler dan Amstrong (2010) yaitu, aktivitas, minat, dan opini. Adapun sebaran aitem gaya hidup hedonis dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. *Blueprint* Gaya Hidup Hedonis

No.	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Aktivitas	1, 7, 13, 19, 25	4, 10, 16, 22, 28	10
2.	Minat	2, 8, 14, 20, 26	5, 11, 17, 23, 29	10
3.	Opini	3, 9, 15, 21, 27	6, 12, 18, 24, 30	10
Total		15	15	30

Sumber Data Primer Diolah (2020)

2. Skala Kontrol Diri

Skala kontrol diri yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan modifikasi dari skala yang dibuat oleh Aini (2015) dan berdasarkan tiga aspek yang dikemukakan oleh Averill (dalam Ghufron dan Risnawati, 2014) yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan. Adapun sebaran aitem kontrol diri dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4. *Blueprint* Kontrol Diri

No.	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Kontrol perilaku	1, 7, 13, 19, 25	4, 10, 16, 22, 28	10
2.	Kontrol kognitif	2, 8, 14, 20, 26	5, 11, 17, 23, 29	10
3.	Kontrol keputusan	3, 9, 15, 21, 27	6, 12, 18, 24, 30	10
Total		15	15	30

Sumber Data Primer Diolah (2020)

G. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas alat ukur bertujuan untuk mengetahui sejauh mana skala yang digunakan mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuannya. Uji validitas yang dilakukan dalam penelitian ini adalah validasi isi (*content validity*), validasi butir, dan validitas konstruksi teoritis (*construct validity*). Menurut Azwar (2012) validitas isi ditentukan melalui pendapat profesional dalam telaah aitem

dengan menggunakan spesifikasi yang telah ada. Validitas butir bertujuan untuk mengetahui apakah butir atau aitem yang digunakan baik atau tidak, yang dilakukan dengan mengkorelasikan skor butir total, sedangkan validitas konstruksi teoritis yang mendasari penyusunan alat ukur.

Uji validitas dilakukan pada masing-masing variabel penelitian. Dalam program SPSS digunakan *Pearson Product Moment Correlation-Bivariate* dan membandingkan hasil uji *Pearson Correlation* dengan r total korelasi. Berdasarkan nilai korelasi jika r dihitung $>$ r total korelasi (0.300) maka aitem dinyatakan valid, sebaliknya jika r hitung $<$ r total korelasi (0.300) maka aitem dinyatakan tidak valid.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas mengandung arti sejauhmana hasil suatu pengukuran tetap konsisten, dapat dipercaya atau dapat diandalkan apabila dilakukan pengukuran terhadap gejala yang sama dengan alat ukur yang sama (Azwar, 2012). Reliabilitas alat ukur penelitian ini akan diuji menggunakan teknik uji reliabilitas yang dikembangkan oleh Cronbach yang disebut dengan teknik *Alpha Cronbach's*. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dipercaya juga. Apabila data yang memang benar sesuai dengan kenyataan, maka berapa kalipun diambil tetap akan sama. Ada dua alasan peneliti menggunakan uji *Alpha Cronbach's*, pertama karena teknik ini merupakan teknik pengujian keandalan kuesioner yang paling sering digunakan, kedua dengan melakukan uji *Alpha Cronbach's* maka akan terdeteksi indikator-indikator yang tidak konsisten. Menurut Azwar (2012) hasil pengukuran dapat dikatakan reliabel jika memiliki nilai *Alpha Cronbach's* minimal sebesar 0.600.

Tabel 5. Tingkat Keandalan Cronbach's Alpha

Nilai Cronbach's Alpha	Tingkat Keandalan
0.000-0.200	Kurang Andal
>0.200-0.400	Agak Andal
>0.400-0.600	Cukup Andal
>0.600-0.800	Andal
>0.800-1.000	Sangat Andal

H. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Skala Gaya Hidup Hedonis

Skala gaya hidup hedonis terdiri dari 30 butir dan terbagi atas 3 aspek.

Berdasarkan dari hasil analisis butir didapatkan dari r hitung > 0.300. Sehingga

berdasarkan hasil uji validitas menunjukkan ada satu butir aitem yang gugur.

Nama Konstrak : Gaya Hidup Hedonis

Nama Aspek 1 : Aktivitas

Nama Aspek 2 : Minat

Nama Aspek 3 : Opini

Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Gaya Hidup Hedonis

Aspek	Aitem				Jumlah	
	Favorable		Unfavorable		Valid	Gugur
	Valid	Gugur	Valid	Gugur		
Aktivitas	1, 7, 13, 19, 25	-	4, 10, 16, 22, 28	-	10	0
Minat	2, 8, 14, 20, 26	-	5, 11, 17, 23, 29	-	10	0
Opini	3, 9, 15, 21, 27	-	6, 12, 18, 30	24	9	1
Total	15	0	14	1	29	1

Sumber Data : Hasil olah SPSS Hal: 72-73

Tabel 7. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Gaya Hidup Hedonis (N=100)

Aspek	Jumlah butir			r terendah – tertinggi	Sig terendah – tertinggi
	Awal	Gugur	Sahih		
Aktivitas	10	0	10	0.374 – 0.621	0.000 – 0.000
Minat	10	0	10	0.396 – 0.754	0.000 – 0.000
Opini	10	1	9	0.359 – 0.538	0.000 – 0.000

Sumber Data : Hasil olah SPSS Hal: 72-73

Uji keandalan yang dilakukan dengan teknik *Alpha Cronbach's* dapat dikatakan reliabel jika memiliki nilai > 0.600 . Hasil uji keandalan pada penelitian ini diperoleh nilai α sebesar $0.830 > 0.600$ dapat dinyatakan sangat andal.

Tabel 8. Tabel *Alpha Cronbach's* Skala Gaya Hidup Hedonis

Variabel	Nilai Alpha
Gaya Hidup Hedonis	0.830

Sumber Data : Hasil olah SPSS Hal: 75

2. Skala Kontrol Diri

Skala kontrol diri terdiri dari 30 butir dan terbagi atas 3 aspek. Berdasarkan dari hasil analisis butir didapatkan dari r hitung > 0.300 . Sehingga berdasarkan hasil uji validitas menunjukkan ada enam butir aitem yang gugur.

Nama Konstrak : Kontrol Diri

Nama Aspek 1 : Kontrol Perilaku

Nama Aspek 2 : Kontrol Kognitif

Nama Aspek 3 : Kontrol Keputusan

Tabel 9. Sebaran Aitem Skala Kontrol Diri

Aspek	Aitem				Jumlah	
	Favorable		Unfavorable		Valid	Gugur
	Valid	Gugur	Valid	Gugur		
Kontrol Perilaku	1, 7, 13, 19	25	4, 16	10, 22, 28	6	4
Kontrol Kognitif	2, 8, 14, 20, 26	-	5, 17, 23, 29	11	9	1
Kontrol Keputusan	3, 9, 21, 27	15	6, 12, 18, 24, 30	-	9	1
Total	13	2	11	4	24	6

Sumber Data: Hasil olah SPSS Hal: 73-74

Tabel 10. Rangkuman Analisis Kesahihan Butir Skala Kontrol Diri (N=100)

Aspek	Jumlah butir			r terendah – tertinggi	Sig terendah – tertinggi
	Awal	Gugur	Sahih		
Kontrol Perilaku	10	4	6	0.366 – 0.620	0.000 – 0.000
Kontrol Kognitif	10	1	9	0.308 – 0.687	0.000 – 0.002
Kontrol Keputusan	10	1	9	0.339 – 0.686	0.000 – 0.001

Sumber Data: Hasil olah SPSS Hal: 73-74

Uji keandalan yang dilakukan dengan teknik *Alpha Cronbach's* dapat dikatakan reliabel jika memiliki nilai > 0.600 . Hasil uji keandalan pada penelitian ini diperoleh nilai α sebesar $0.820 > 0.600$ dapat dinyatakan sangat andal.

Tabel 11. Tabel *Alpha Cronbach's* Skala Kontrol Diri

Variabel	Nilai Alpha
Kontrol Diri	0.820

Sumber Data : Hasil olah SPSS Hal: 75

I. Teknik Analisa Data

Analisa data yang dilakukan untuk penelitian ini adalah dengan menggunakan analisis korelasi *product moment*. Menurut Sugiyono (2015) korelasi *product moment* yaitu untuk mengetahui derajat atau kekuatan hubungan timbal balik antara dua variabel, yaitu variabel bebas (kontrol diri) terhadap variabel terikat (gaya hidup hedonis). Sebelum dilakukan analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi :

a. Uji Normalitas

Uji normalitas berfungsi untuk mengetahui sebaran data pada setiap variabel dalam sebuah penelitian. Suatu sebaran data dapat dikatakan memiliki distribusi

yang normal jika setelah dilakukan analisis statistik didapat koefisien signifikan $p > 0.05$.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan syarat selanjutnya agar data penelitian dapat dianalisis dengan menggunakan statistic parametrik. Tujuan dari dilakukannya uji linearitas adalah guna melihat kedua variabel dalam sebuah penelitian memiliki korelasi yang linear. Kedua variabel dapat dikatakan memiliki korelasi yang linear apabila nilai koefisien signifikasinya $p < 0.05$ pada *linearity*. Keseluruhan teknik analisis data akan menggunakan program SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 24.0 *for windows*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Penelitian ini dilaksanakan di kota Samarinda, Kalimantan Timur. Individu yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah wanita dewasa awal di Samarinda. Penentuan subjek penelitian dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*, sehingga jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 100 wanita dewasa awal. Karakteristik subjek penelitian di Samarinda ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 12. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

No.	Usia	Jumlah	Persentase
1	25 – 29	95	95%
2	30 – 34	5	5%
Total		100	100%

Sumber Data Diolah (2021)

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa subjek penelitian di Samarinda yaitu wanita dewasa awal dengan rentang usia 25 sampai dengan 29 tahun berjumlah 95 orang (95%) dan wanita dewasa awal dengan rentang usia 30 sampai dengan 34 tahun berjumlah 5 orang (5%). Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa subjek penelitian di Samarinda didominasi oleh wanita dengan rentang usia 25 sampai dengan 29 tahun, yaitu sebesar 95%.

Tabel 13. Status Pekerjaan Subjek

No.	Pekerjaan	Jumlah	Persentase
1	Banker	7	7%
2	Dosen / Guru	4	4%
3	Honorer / PNS	9	9%
4	Ibu Rumah Tangga	10	10%
5	Karyawan	22	22%
6	Dokter	3	3%
7	Model	2	2%
8	Pengacara	3	3%
9	Pramugari	1	1%
10	Belum Bekerja	39	39%
Jumlah		100	100%

Sumber Data Diolah (2021)

Berdasarkan tabel 13, dapat diketahui bahwa subjek dalam penelitian ini didominasi oleh wanita berusia dewasa awal yang belum bekerja, bekerja sebagai karyawan, dan ibu rumah tangga.

2. Hasil Uji Deskriptif

Deskriptif data digunakan untuk menggambarkan kondisi sebaran data pada wanita dewasa awal di Samarinda. Mean empirik dan mean hipotetik diperoleh dari respon sampel penelitian melalui dua skala penelitian yaitu skala gaya hidup hedonis dan skala kontrol diri.

Kategori berdasarkan perbandingan mean hipotetik dan mean empirik dapat langsung dilakukan dengan melihat deskriptif data penelitian. Menurut Azwar (2012) pada dasarnya interpretasi terhadap skor skala psikologi bersifat normatif, artinya makna skor terhadap suatu norma (*mean*) skor populasi teoritik sebagai parameter sehingga alat ukur berupa angka (kuantitatif) dapat diinterpretasikan secara kualitatif. Acuan normatif tersebut memudahkan pengguna memahami hasil pengukuran. Setiap skor mean empirik yang lebih tinggi secara signifikan dari mean hipotetik dapat dianggap sebagai indikator tingginya keadaan kelompok subjek

pada variabel yang diteliti, demikian juga sebaliknya. Berikut mean empirik dan mean hipotesis penelitian ini.

Tabel 14. Mean Empirik dan Mean Hipotetik

Variabel	Mean Empirik	SD Empirik	Mean Hipotetik	SD Hipotetik	Status
Gaya Hidup Hedonis	80.84	7.052	75	15	Tinggi
Kontrol Diri	65.41	9.194	75	15	Rendah

Sumber Lampiran Hal: 75

Melalui tabel di atas, dapat diketahui gambaran sebaran data pada subjek penelitian wanita dewasa awal di kota Samarinda. Berdasarkan hasil pengukuran melalui skala gaya hidup hedonis yang telah terisi diperoleh mean empirik 80.84 lebih besar dari mean hipotetik 75 dengan kategori tinggi. Hal ini membuktikan bahwa subjek berada pada kategori tingkat hedonis yang tinggi. Adapun sebaran frekuensi data untuk skala tersebut sebagai berikut:

Tabel 15. Kategorisasi Skor Skala Gaya Hidup Hedonis

Interval Kecenderungan	Skor	Kategori	F	Persentase
$X \geq M + 1.5 SD$	≥ 98	Sangat Tinggi	0	0
$M + 0.5 SD < X < M + 1.5 SD$	82 – 97	Tinggi	12	12
$M - 0.5 SD < X < M + 0.5 SD$	68 – 81	Sedang	65	65
$M - 1.5 SD < X < M - 0.5 SD$	53 - 67	Rendah	23	23
$X \leq M - 1.5 SD$	≤ 53	Sangat Rendah	0	0

Sumber Lampiran Hal: 76

Berdasarkan kategorisasi pada tabel 15 di atas, maka dapat dilihat bahwa wanita dewasa awal di Samarinda yang bergaya hidup hedonis berada pada kategori tinggi sebanyak 12 orang (12%), sedang sebanyak 65 orang (65%), dan rendah sebanyak 23 orang (23%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian ini menunjukkan gaya hidup hedonis yang sedang.

Pada skala kontrol diri yang telah terisi diperoleh mean empirik 65.41 lebih rendah dari mean hipotetik 75 dengan kategori rendah. Hal ini membuktikan bahwa

subjek berada pada kategori tingkat kontrol diri yang rendah. Adapun sebaran frekuensi data untuk skala tersebut sebagai berikut:

Tabel 16. Kategori Skor Skala Kontrol Diri

Interval Kecenderungan	Skor	Kategori	F	Persentase
$X \geq M + 1.5 SD$	≥ 98	Sangat Tinggi	0	0
$M + 0.5 SD < X < M + 1.5 SD$	82 – 97	Tinggi	0	0
$M - 0.5 SD < X < M + 0.5 SD$	68 – 81	Sedang	7	7
$M - 1.5 SD < X < M - 0.5 SD$	53 - 67	Rendah	35	35
$X \leq M - 1.5 SD$	≤ 53	Sangat Rendah	58	58

Sumber Lampiran Hal: 76

Berdasarkan kategorisasi pada tabel 16 di atas, maka dapat dilihat bahwa wanita dewasa awal di Samarinda memiliki kontrol diri berada pada kategori sedang sebanyak 7 orang (7%), rendah sebanyak 35 orang (35%), dan sangat rendah sebanyak 58 orang (58%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian ini menunjukkan kontrol diri yang sangat rendah.

3. Hasil Uji Asumsi

Pengujian terhadap hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik analisis korelasi *Pearson Product Moment*. Sebelum dilakukan perhitungan perlu dilakukan uji asumsi berupa uji :

a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah alat uji yang digunakan untuk mengetahui apakah sebaran data yang akan dianalisis memiliki distribusi normal atau tidak, jika distribusi dari nilai-nilai residual tersebut tidak dapat dianggap berdistribusi normal, maka dikatakan ada masalah terhadap asumsi normalitas (Santoso, 2015). Adapun kaidah yang digunakan dalam uji normalitas adalah jika $p > 0.05$ maka sebaran datanya normal, sebaliknya jika $p < 0.05$ maka sebaran datanya tidak normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

1) Table test of normality

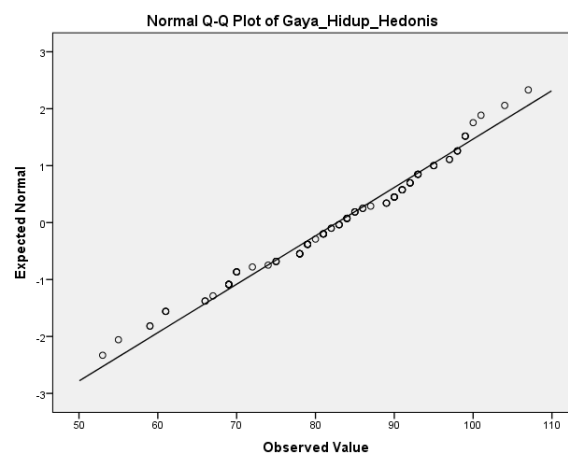
Tabel 17. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogrov-Smirnov Z	P	Keterangan
Gaya Hidup Hedonis	0.084	0.082	Normal
Kontrol Diri	0.077	0.149	Normal

Sumber Lampiran Hal: 76

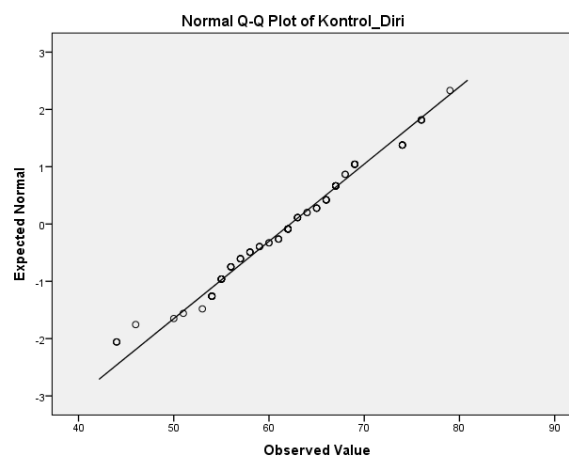
2) Q - Q Plot

a) Gaya hidup hedonis



Gambar 2. Q - Q Plot Gaya Hidup Hedonis

b) Kontrol diri



Gambar 3. Q - Q Plot Kontrol Diri

Berdasarkan kedua gambar di atas maka dapat disimpulkan bahwa:

- 1) Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel gaya hidup hedonis menghasilkan nilai $Z = 0.084$ dan $p = 0.082 > 0.05$. Hasil uji berdasarkan kaidah menunjukkan bahwa sebaran butir-butir gaya hidup hedonis adalah normal.
- 2) Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel kontrol diri menghasilkan nilai $Z = 0.077$ dan $p = 0.149 > 0.05$. Hasil uji berdasarkan kaidah menunjukkan bahwa sebaran butir-butir kontrol diri adalah normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variabel terikat. Uji linieritas dapat juga untuk mengetahui taraf penyimpangan dari linieritas hubungan tersebut. Adapun kaidah yang digunakan dalam uji linieritas hubungan adalah bila nilai *deviant from linierity* yaitu jika $p > 0.05$ maka hubungan dinyatakan linier (Sugiyono, 2015). Hasil uji linieritas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 18. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F Hitung	F Tabel	P	Keterangan
Gaya Hidup Hedonis - Kontrol Diri	0.823	3.94	0.72	Linear

Sumber: Lampiran Hal: 76

Berdasarkan tabel 18 di atas maka dapat disimpulkan bahwa hasil uji asumsi linieritas antara variabel gaya hidup hedonis dengan variabel kontrol diri menunjukkan nilai F hitung $< F$ tabel yang artinya terdapat hubungan antara gaya hidup hedonis dengan kontrol diri yang mempunyai nilai *deviant from linierity* yaitu $F = 0.823$ dan $P = 0.72 > 0.05$ yang berarti hubungannya dinyatakan linear.

4. Hasil Uji Hipotesis

a. Uji Korelasi *Pearson Product Moment*

Menurut Arikunto (2013) uji korelasi dilakukan untuk melihat ada tidaknya hubungan antara dua variabel serta seberapa kuat tingkat hubungan yang ada. Uji korelasi yang digunakan oleh peneliti adalah *Pearson Product Moment*. Kaidah yang digunakan yaitu $r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$ maka soal dinyatakan tidak valid. Jika $r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$ maka soal dinyatakan valid. Analisis korelasi antara kedua variabel ditunjukkan pada tabel di bawah ini :

Tabel 19. Tabel Korelasi *Pearson Product Moment*

Variabel	r hitung	r tabel	P
Gaya Hidup Hedonis - Kontrol Diri	-0.479	0.197	0.000

Sumber: Lampiran Hal: 77

Berdasarkan tabel 19, maka dapat diketahui bahwa nilai korelasi *product moment* didapatkan nilai $r \text{ hitung}$ sebesar $-0.479 > r \text{ tabel}$ 0.197 dan nilai P sebesar $0.000 < 0.05$ menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima dan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara gaya hidup hedonis dengan kontrol diri pada wanita dewasa awal di Samarinda.

b. Uji Analisis Korelasi Parsial

Analisis korelasi parsial digunakan untuk menganalisis bila peneliti bermaksud mengetahui pengaruh atau mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen, dimana salah satu variabel independennya dibuat tetap atau dikendalikan (Sugiyono, 2015) adalah jika hubungan antara variabel X dan Y secara parsial signifikan maka sampel data digeneralisasikan pada populasi dimana sampel diambil atau mencerminkan keadaan populasi. Kaidah dari nilai $P < 0.050$ dan $r \text{ hitung} > r \text{ tabel}$ maka dapat dikatakan memiliki hubungan yang signifikan

antara aspek X dengan Y, begitu juga sebaliknya. Untuk hasil uji korelasi parsial pada Aktivitas (Y_1) dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 20. Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial Terhadap Aktivitas (Y_1)

Aspek	r hitung	r tabel	P	Keterangan
Kontrol Perilaku (X_1)	-0.475	0.197	0.000	Signifikan
Kontrol Kognitif (X_2)	-0.197	0.197	0.050	Tidak Signifikan
Kontrol Keputusan (X_3)	-0.396	0.197	0.000	Signifikan

Sumber: Lampiran Hal: 77

Berdasarkan tabel 20, dapat diketahui bahwa aspek dalam variabel X yaitu Kontrol Perilaku (X_1) dan Kontrol Keputusan (X_3) memiliki hubungan yang signifikan dengan aspek Aktivitas (Y_1), sedangkan Kontrol Kognitif (X_2) memiliki hubungan yang tidak signifikan dengan aspek Aktivitas (Y_1). Kemudian untuk hasil uji korelasi parsial pada Minat (Y_2) dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 21. Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial terhadap Minat (Y_2)

Aspek	r hitung	r tabel	P	Keterangan
Kontrol Perilaku (X_1)	-0.422	0.197	0.000	Signifikan
Kontrol Kognitif (X_2)	-0.314	0.197	0.001	Signifikan
Kontrol Keputusan (X_3)	-0.295	0.197	0.003	Signifikan

Sumber: Lampiran Hal: 78

Berdasarkan tabel 21, dapat diketahui bahwa aspek dalam variabel X yaitu Kontrol Perilaku (X_1), Kontrol Kognitif (X_2), dan Kontrol Keputusan (X_3) memiliki hubungan yang signifikan dengan aspek Minat (Y_2). Kemudian untuk hasil uji korelasi parsial pada Opini (Y_3) dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 22. Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial terhadap Opini (Y_3)

Aspek	r hitung	r tabel	P	Keterangan
Kontrol Perilaku (X_1)	-0.165	0.197	0.102	Tidak Signifikan
Kontrol Kognitif (X_2)	-0.121	0.197	0.232	Tidak Signifikan
Kontrol Keputusan (X_3)	-0.126	0.197	0.213	Tidak Signifikan

Sumber: Lampiran Hal: 78

Berdasarkan tabel 22, dapat diketahui bahwa aspek dalam variabel X yaitu

Kontrol Perilaku (X_1), Kontrol Kognitif (X_2), dan Kontrol Keputusan (X_3) memiliki hubungan yang tidak signifikan dengan aspek Opini (Y_3).

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal di Samarinda. Setelah dilakukan uji hipotesis yaitu uji korelasi *Pearson Product Moment* didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis. Hal ini dapat disimpulkan bahwa nilai ini menunjukkan adanya korelasi dalam tingkat sedang antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal di Samarinda dan sifat negatif yang menunjukkan bahwa semakin rendah kontrol diri semakin tinggi gaya hidup hedonis, dan sebaliknya. Serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Azizah dan Indrawati (2015) yang berjudul kontrol diri dan gaya hidup hedonis pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Diponegoro yang juga menunjukkan adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis.

Berdasarkan hasil uji deskriptif dan kategorisasi pada penelitian ini menunjukkan bahwa wanita dewasa awal di Samarinda memiliki gaya hidup hedonis yang tinggi. Adapun frekuensi penyebaran data untuk skala gaya hidup hedonis yang berada pada kategori sedang dengan rentang nilai 68 – 81 sebanyak 65 persen. Selanjutnya, hasil uji deskriptif pada skala kontrol diri menunjukkan hasil yang rendah. Adapun frekuensi penyebaran data untuk skala kontrol diri yang berada pada kategori sangat rendah dengan rentang nilai ≤ 53 sebanyak 58 persen. Menurut hasil penelitian Baiduri (2013) yang mengatakan bahwa secara gender,

kebanyakan yang terlibat dalam kehidupan hedonis ini adalah wanita, karena wanita lebih memperhatikan gaya hidup mereka, khususnya dalam berpakaian. Biasanya para lelaki lebih menyukai pakaian yang membuat mereka nyaman dan menurut mereka itu sudah cukup untuk menunjukkan kepercayaan diri mereka.

Hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada salah satu subjek berinisial AD yang mengatakan bahwa dia rela menghabiskan uang berjuta-juta rupiah hanya untuk membeli pakaian, kosmetik, hingga parfum *branded* hanya untuk memuaskan diri dan mendapatkan perhatian serta pujian dari orang-orang di sekitarnya. Awalnya AD hanya ingin mengikuti gaya berpakaian artis-artis favoritnya yang sering AD lihat di media sosialnya, yang kemudian lama-lama menjadi kebiasaan yang tidak bisa dihindari, karena menurut AD itu dapat membuat dirinya lebih bahagia dan puas ketika bisa membeli barang-barang yang sama dengan artis favoritnya walaupun harganya cukup mahal untuk mahasiswa S2 yang masih menggantungkan kehidupan pada orang tuanya. Walaupun terkadang banyak barang yang belum tentu AD gunakan secara maksimal, AD tetap membeli item-item baru hingga beberapa item tersebut akhirnya menumpuk begitu saja.

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa AD sering tidak bisa mengontrol dirinya dalam berbelanja dan mengatur keuangan, sehingga membuat dirinya sangat boros. Menurut Cicerno (dalam Russel, 2004) ini merupakan karakteristik hedonis, seperti tidak bisa mengatur keuangan, menjadi pengejar identitas fisik, serta memiliki cita rasa yang tinggi. Dan menurut Vohs dan Tice (dalam Hersika, dkk, 2020) kontrol diri memungkinkan dalam membantu

seseorang untuk menahan suatu respon atau lebih dengan memunculkan respon yang berbeda.

Melalui hasil uji korelasi parsial didapatkan hasil bahwa aspek kontrol perilaku (X_1) memiliki hubungan yang bersifat negatif dan signifikan dengan aspek aktivitas (Y_1). Kontrol perilaku adalah bagaimana seseorang menunjukkan kesiapan dalam menghadapi suatu respon yang secara langsung dapat memengaruhi keadaan. Dengan memiliki kontrol perilaku, seseorang diharapkan mampu untuk menentukan siapa yang dapat mengendalikan suatu situasi atau keadaan, antara dirinya atau orang lain. Kontrol perilaku yang baik menjadikan individu dapat memandu, mengarahkan dan mengatur perilakunya dengan kuat sehingga pada akhirnya mereka akan menuju konsekuensi yang positif (Golfried dan Mebaum dalam Utami dan Sumaryono, 2008).

Namun pada aspek kontrol kognitif (X_2) menunjukkan hasil yang sebaliknya yaitu memiliki hubungan yang tidak signifikan dengan aspek aktivitas (Y_1). Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak dikehendaki, seperti kemampuan dalam mengantisipasi keadaan atau peristiwa yang baik ataupun buruk melalui pertimbangan objektif serta mampu menilai keadaan melalui sisi positif secara objektif. Sejalan dengan hasil wawancara kepada salah satu subjek yang berinisial AC yang mengaku bahwa dirinya sering melakukan banyak pertimbangan sebelum menghabiskan uangnya untuk membeli *merchandise* k-pop yang harganya cukup mahal, terkadang AC menahan diri hingga bulan berikutnya untuk membeli barang tersebut yang pada akhirnya tetap AC beli dengan uang yang didapatkan dengan memberikan berbagai

alasan palsu kepada orang tua atau saudaranya. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Anggraini dan Cahyono (2017) individu dengan kontrol diri yang rendah maka dirinya akan lemah dalam menunda kepuasan atau kesenangan pribadinya.

Hasil uji korelasi parsial pada aspek kontrol keputusan (X_3) menunjukkan adanya hubungan yang bersifat negatif dan signifikan dengan aspek aktivitas (Y_1). Kontrol keputusan merupakan kemampuan individu dalam menentukan hasil atau tujuan yang diinginkan. Kontrol keputusan dapat berfungsi dengan baik apabila terdapat kesempatan dan kebebasan dalam diri individu untuk memiliki berbagai kemungkinan tindakan. Sejalan dengan penelitian Azizah dan Indrawati (2015) yang menyatakan bahwa kontrol diri dapat memengaruhi seseorang untuk menentukan dan mencegah tingkah laku yang semaunya, seperti berhura-hura dan hanya berfokus kepada kenikmatan.

Berdasarkan hasil uji korelasi parsial pada aspek kontrol perilaku (X_1) menunjukkan adanya hubungan yang bersifat negatif dan signifikan antara kontrol perilaku dengan aspek minat (Y_2). Minat diartikan sebagai suatu ketertarikan yang muncul dari dalam diri individu terhadap lingkungan, sehingga individu tersebut merasa senang untuk memperhatikannya. Kontrol diri menjadi penting karena merupakan pola respon yang baru dimulai untuk menggantikan sesuatu dengan yang lain, misalnya respon yang berkaitan dengan mengalihkan perhatian dari sesuatu yang diinginkan, mengubah emosi, menahan dorongan tertentu dengan memperbaiki kinerja (Baumiester, dkk., 2002).

Kemudian pada hasil uji korelasi parsial aspek kontrol kognitif (X_2) menunjukkan adanya hubungan yang bersifat negatif dan signifikan dengan aspek minat (Y_2). Minat ini dapat berupa hal mode, makanan, benda-benda mewah, maupun menginginkan barang-barang diluar kebutuhannya. Memiliki kontrol diri yang tinggi akan berfokus pada hal-hal yang membawa manfaat untuk diri dan orang di sekelilingnya juga akan cenderung mengikuti segala informasi agar dapat memprediksi dan menyiapkan apa yang akan terjadi, hal ini dilakukan untuk mengurangi rasa takut dalam menghadapi rasa takut dalam menghadapi sesuatu yang tidak diketahui (Hersika, dkk., 2020).

Selanjutnya uji korelasi parsial pada aspek kontrol keputusan (X_3) menunjukkan hasil adanya hubungan yang bersifat negatif dan signifikan dengan aspek minat (Y_2). Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Thompson (dalam Utami dan Sumaryono, 2008), keyakinan individu terhadap dirinya sendiri menjadi poin yang penting dalam manifestasi kontrol diri agar dapat mencapai hasil yang diinginkan dengan mengendalikan emosi dan dorongan-dorongan dalam dirinya karena dengan kontrol diri yang tinggi, individu cenderung memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi.

Pada hasil uji korelasi parsial pada aspek kontrol perilaku (X_1), kontrol kognitif (X_2), dan kontrol keputusan (X_3) menunjukkan hasil bahwa ketiga aspek tersebut memiliki hubungan yang tidak signifikan dengan aspek opini (Y_3). Opini merupakan pendapat atau tanggapan baik secara lisan maupun tulisan yang diberikan individu dalam merespon situasi ketika muncul pertanyaan-pertanyaan atau isu sosial tentang dirinya sendiri dan produk-produk yang berkaitan dengan

kesenangan hidup. Dengan memiliki kontrol diri yang baik seseorang dapat memanipulasi diri baik untuk mengurangi ataupun meningkatkan perilakunya, baik dalam mengontrol dalam hal tindakan, kognitif maupun keputusan (Ardiana, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan disimpulkan bahwa ada hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal di Samarinda. Semakin rendah kontrol diri semakin tinggi gaya hidup hedonis, dan sebaliknya.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna karena memiliki beberapa keterbatasan. Keterbatasan dari penelitian ini adalah karena menggunakan skala yang disebar ke dalam bentuk *google form*, yang jika ada kekurangan dalam pemahaman yang berkaitan dengan aitem pernyataan yang harus diisi oleh responden, maka peneliti tidak bisa memberikan penjelasan secara langsung dan lebih lanjut, serta kurang adanya pengawasan ketika pengisian skala oleh responden yang membuat kurang optimal. Peneliti juga tidak menggali data demografi yang berkaitan dengan status ekonominya, sehingga subjek yang diambil bersifat umum dan kurang spesifik.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan gaya hidup hedonis pada wanita dewasa awal di Samarinda.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi subjek penelitian

Bagi subjek penelitian ini yaitu wanita dewasa awal agar dapat memahami konsep gaya hidup hedonis dan kontrol diri. Diharapkan agar subjek mampu mencegah atau menjauhi serta membatasi diri dari stimulus-stimulus yang dapat menghasilkan perilaku hedonis dengan cara melakukan perencanaan aktivitas atau keuangan terlebih dahulu agar dapat mengatur seberapa banyak uang dan waktu yang akan dihabiskan untuk melakukan suatu aktivitas, serta membuat pertimbangan mengenai hal-hal yang dibutuhkan atau tidak dibutuhkan. Selain itu, subjek juga diharapkan mampu mengontrol keadaan atau situasi seorang diri tanpa bergantung kepada keputusan orang lain dan diharapkan lebih banyak menghabiskan waktu dengan melakukan hal-hal yang produktif, seperti belajar, bekerja, ataupun berkarya.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti variabel yang sama agar dapat menggali dari faktor-faktor lainnya yang menjadi penyebab tingginya gaya hidup hedonis dan rendahnya kontrol diri pada subjek penelitian. Selain itu dapat menambahkan sampel berdasarkan status ekonomi yang berbeda, sehingga data sampel bisa lebih khusus dan spesifik. Juga dapat menggunakan metode penelitian lainnya sehingga dapat memperkaya hasil penelitian dalam upaya pengembangan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, R. D. (2015). Hubungan antara kontrol diri dan perilaku konsumtif pada mahasiswa prodi Psikologi, Ilmu Hukum, dan Ilmu Ekonomi Universitas Islam Indonesia. (*Skripsi diterbitkan*). Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
- Anggraini, L. & Cahyono. R. (2017). Hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada remaja di Surabaya. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 6(3), 77-85.
<http://repository.unair.ac.id/65880/>
- 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.
<https://doi.org/10.22146/gamajop.44104>
- Ardiana, M. (2017). Kontrol diri, pendidikan pengelolaan keuangan keluarga, pengetahuan inklusi keuangan siswa pengaruhnya terhadap perilaku menabung siswa smk se kota Kediri. *Jurnal Ekonomi Pendidikan dan Kewirausahaan*, 4(1), 59-75.
<http://dx.doi.org/10.26740/jepk.v4n1.p59-75>
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azizah, F. N. & Indrawati, E. S. (2015). Kontrol diri dan gaya hidup hedonis pada mahasiswa Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 4(4), 156-162.
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14313>
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Baiduri, R. (2013). Pergeseran gaya hidup perempuan kota: Studi kasus konsumsi “fashion” di Indonesia. *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera*, 11(22), 21-28.
<https://doi.org/10.24114/jkss.v11i22.3559>
- Basai, R. R. R. (2019). Hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme pada mahasiswa. (*Skripsi diterbitkan*). Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

- Baumeister, R.F., Vohs, K.D., & Tice, D.M. (2007). The strength model of self control. *Psychological Science*, 16(6), 351-355.
<https://doi.org/10.1111%2Fj.1467-8721.2007.00534.x>
- Chaplin, J. S. (2011). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Creswell, J.W. (2014). *Research design pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed (edisi ke-3)*. Alih Bahasa: Achmad Fawaid. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Febrianti, C. (2017). Gaya hidup hedonis mahasiswa Universitas Riau di kelurahan Simpang Baru kecamatan tampan kota pekanbaru. *Journal Fisip*, 4(1), 1-15.
<https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFSIP/article/view/13874>
- Ghufron, M.N., & Risnawati, R. (2014). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hadi, S. (2010). *Methodology research*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hersika, E. I., Nastasia, K., & Kurniawan, H. (2020). Hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme remaja di kafe kota Padang. *Psyche 165 Journal*, 13(1), 1-9.
<https://doi.org/10.29165/psikologi.v13i1.566>
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (edisi ke-5)*. Alih Bahasa: Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Kotler, P., & Amstrong, G. (2010). *Prinsip-prinsip pemasaran (edisi ke-12)*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Lukitasari, V & Muis, T. (2016). Studi tentang gaya hidup hedonisme pada mahasiswa Fakultas Bahasa dan Seni Universitas Negeri Surabaya Angkatan tahun 2012-2013. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling UNESA*, 6(2).
<https://www.neliti.com/publications/252175/studi-tentang-gaya-hidup-hedonisme-pada-mahasiswa-fakultas-bahasa-dan-seni-unive>
- Mayasari, I. (2014). *Perilaku hedonis: Pandangan teoretis dan praktis*. Jakarta: Nulisbuku.
- Masmuadi, A. & Aliza, M. (2007). Hubungan antara konsep diri dengan kecenderungan gaya hidup hedonis pada remaja. (*Skripsi diterbitkan*). Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

- Naomi, P. & Mayasari, I. (2008). Faktor-faktor yang mempengaruhi siswa SMA dalam perilaku pembelian kompulsif: perspektif psikologi. *Portal Jurnal UPI*, (8).
<http://jurnal.upi.edu/file/Prima.pdf>
- Priyatno. (2007). *Pengembangan potensi mahasiswa*. Padang: UNP Press.
- Puspita, M., Erlamsyah, & Syahniar. (2013). Hubungan antar perlakuan orangtua dengan kontrol diri siswa di sekolah. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 1(1), 330-337.
<https://doi.org/10.24036/02013211269-0-00>
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *Indonesia Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40.
<http://dx.doi.org/10.23916/08430011>
- Russel, B. (2004). *Persoalan-persoalan seputar filsafat*. Yogyakarta: PT. Ikon Teralitera.
- Safitri, A. D. (2018). Pengaruh religiusitas dan konformitas teman sebaya terhadap gaya hidup hedonisme (Siswa kelas XI SMA Negeri 1 Samarinda). *Psikoborneo*, 6(3), 589-598.
<http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/4644>
- Santoso, S. (2015). *Menguasai statistik multivariat*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Santrock, J. W. (2014). *Adolescence (edisi ke-15)*. New York: McGraw-Hill Education.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sukarno, N. F. & Indrawati, E. S. (2018). Hubungan konformitas teman sebaya dengan gaya hidup hedonis pada siswa di SMA PL Don Bosko Semarang. *Jurnal Empati*. 7(2), 314-320.
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/21702>
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, F. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324.
<https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Teknologi Bisnis. (2018). *Survei snapcart, shopee paling populer dan sering digunakan*. Diakses 17 Juni 2020, dari
<https://teknologi.bisnis.com/read/20180322/105/753314/survei-snapcart-shopee-paling-populer-dan-sering-digunakan>

- Utami, A.F. & Sumaryono. (2008). Pembelian impulsif ditinjau dari kontrol diri dan jenis kelamin pada remaja. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 1(3), 46-57.
https://repository.ugm.ac.id/digitasi/index.php?module=cari_hasil_full&idbuku=2609
- Utami, H. P. (2008). Perilaku konsumtif pada Sales Promotion Girl (SPG) ditinjau dari gaya hidup hedonis. (*Skripsi diterbitkan*). Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
- Veenhoven, R. (2003). Hedonism and happiness. *Journal of Happiness Studies*, 4(4), 437-457.
<https://doi.org/10.1023/b:johs.0000005719.56211>.

Lampiran 1. Skala Penelitian

IDENTITAS DIRI

Nama/Inisial :
 Usia :
 Jenis Kelamin :
 Pekerjaan :

Petunjuk terdapat dua pilihan jawaban pada pernyataan dibawah yaitu: YA dan TIDAK. Isilah pernyataan di bawah ini yang paling sesuai dengan keadaan atau kondisi anda pada saat ini:

NO.	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1.	Cenderung menghabiskan waktu luang dengan berbelanja dan nongkrong di mall/kafe		
2.	Menghabiskan akhir pekan dengan berpesta di <i>club</i> malam		
3.	Aktif di sosial media berjam-jam setiap harinya		
4.	Cenderung menghabiskan uang yang dimiliki dalam waktu singkat		
5.	Memiliki barang-barang mahal dan <i>branded</i> adalah suatu kebanggaan tersendiri		
6.	Mengikuti tren <i>fashion</i> masa kini		
7.	Merasa puas membeli barang yang diinginkan walaupun harganya mahal		
8.	Senang menjadi <i>trendsetter</i> di kalangan teman-temannya		
9.	Meraih kesuksesan dengan bantuan orang lain adalah hal yang wajar		
10.	Menghindari permasalahan membuat hidup lebih menyenangkan		
11.	Bila menginginkan sesuatu harus segera terpenuhi		
12.	Berjalan-jalan bersama teman hingga larut malam merupakan hal yang biasa		

Petunjuk terdapat empat pilihan jawaban pada pernyataan dibawah yaitu: SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai) dan STS (Sangat Tidak Sesuai).

Isilah pernyataan di bawah ini yang paling sesuai dengan keadaan atau kondisi anda pada saat ini:

Skala A (Gaya Hidup Hedonis)

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya menghabiskan waktu luang untuk berbelanja ke mall				
2.	Saya merasa bangga memiliki barang-barang bermerek terkenal dan mahal				
3.	Saya yakin dapat meraih kesuksesan tanpa harus bekerja keras dengan bantuan orang-orang di sekitar saya				
4.	Saya menghabiskan waktu luang untuk beristirahat di rumah				
5.	Ketika saya memakai barang-barang bermerek terkenal dan mahal bukanlah suatu kebanggaan bagi saya				
6.	Saya harus bekerja keras agar dapat meraih kesuksesan				
7.	Saya membeli barang-barang mahal yang saya sukai walaupun saya tidak membutuhkannya				
8.	Saya mengikuti tren <i>fashion</i> masa kini agar mendapat perhatian dari orang-orang sekitar				
9.	Menurut saya, menghabiskan uang untuk berfoya-foya tidak ada salahnya demi kepuasan				
10.	Saya membeli barang-barang mahal sesuai dengan kebutuhan saya				
11.	Saya mengikuti tren <i>fashion</i> yang saya sukai saja				
12.	Menurut saya, menghabiskan uang untuk berfoya-foya adalah hal yang sia-sia				
13.	Saya pergi untuk nongkrong bersama teman-teman hampir setiap hari				
14.	Saya merasa puas ketika memiliki barang-barang <i>limited edition</i> dan tergolong mahal				
15.	Bagi saya, menghindari masalah membuat saya merasa lebih nyaman				

16.	Saya lebih suka berada dirumah daripada menghabiskan waktu untuk nongkrong di mall atau kafe				
17.	Bagi saya, memiliki barang-barang <i>limited edition</i> dan tergolong mahal bukan hal yang special				
18.	Bagi saya, menghadapi permasalahan akan membuat saya menjadi pribadi yang lebih baik				
19.	Saya pergi berlibur ke luar kota ataupun luar negeri kapanpun saya mau				
20.	Saya lebih berminat menggunakan <i>gadget</i> terbaru daripada tipe yang sudah ketinggalan zaman				
21.	Saya yakin keadaan ekonomi orang tua saya dapat memenuhi keinginan saya sampai kapan pun				
22.	Saya pergi berlibur ke luar kota atau luar negeri bersama teman-teman hanya satu atau dua kali dalam setahun				
23.	Saya membeli <i>gadget</i> terbaru ketika yang lama sudah benar-benar rusak				
24.	Saya merasa dengan bekerja keras saya bisa memenuhi kebutuhan saya				
25.	Saya <i>online</i> berjam-jam hanya untuk mengecek media sosial atau menonton via <i>streaming</i>				
26.	Saya lebih suka makan di restoran mewah daripada di warung makan sederhana				
27.	Bagi saya mendapatkan hasil akhir dengan cara yang instan adalah hal yang wajar				
28.	Saya biasa menghabiskan waktu luang untuk melakukan kegiatan produktif				
29.	Saya lebih suka makan di warung makan sederhana daripada di restoran mewah				
30.	Bagi saya, proses yang bertahap lebih penting daripada hasil akhir				

Skala B (Kontrol Diri)

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya lebih banyak melakukan kegiatan yang produktif daripada hanya berjalan-jalan tanpa tujuan				

2.	Saya selalu mempertimbangkan kebutuhannya sebelum membeli sesuatu				
3.	Saya mudah memutuskan mana yang penting dan tidak penting dengan melakukan perencanaan terdahulu				
4.	Saya lebih banyak menghabiskan waktu berjam-jam di tempat hiburan				
5.	Saya membeli sesuatu tanpa mempertimbangkan kebutuhannya				
6.	Saya merasa kesulitan dalam memutuskan mana yang penting dan tidak penting				
7.	Saya menyisihkan sebagian uang bulanan untuk ditabung				
8.	Saya selalu memikirkan akibat dari apapun yang akan saya lakukan				
9.	Saya bisa mengambil keputusan sendiri dalam segala hal				
10.	Saya selalu kehabisan uang bulanan sebelum waktunya				
11.	Saya acuh terhadap akibat dari apapun yang akan saya lakukan				
12.	Saya bergantung kepada orang lain dalam mengambil keputusan				
13.	Saya membeli barang-barang sesuai perencanaan				
14.	Menurut saya, hobi yang menghibur tidak harus mahal atau mengeluarkan banyak uang				
15.	Saya selalu berpikir matang-matang sebelum melakukan sesuatu				
16.	Saya membeli barang-barang tanpa perencanaan sebelumnya				
17.	Menurut saya, tidak masalah untuk mengeluarkan banyak uang untuk hobi dan hiburan yang menyenangkan				
18.	Saya tidak berpikir panjang dalam melakukan sesuatu				
19.	Bagi saya, membeli barang-barang diluar kebutuhan adalah sesuatu yang tidak penting				
20.	Saya dapat menahan diri untuk tidak membeli sesuatu yang saya inginkan karena harga yang mahal				
21.	Hal-hal yang sulit sudah sewajarnya dihadapi				

22.	Bagi saya, mengoleksi barang-barang yang mahal adalah sesuatu yang memuaskan				
23.	Saya selalu membeli sesuatu yang diinginkan walaupun harganya mahal				
24.	Saya memilih untuk menghindari hal-hal yang mempersulit diri sendiri				
25.	Saya merencanakan waktu untuk pergi berlibur hanya di waktu luang setiap bulan				
26.	Saya sangat selektif dan selalu mempertimbangkan berapa banyak uang yang akan saya keluarkan untuk bersenang-senang				
27.	Saya mampu menahan keinginan untuk membeli sesuatu ketika tidak memiliki cukup uang				
28.	Saya mencari hiburan kapan pun saya mau, walaupun harus mengorbankan waktu istirahat				
29.	Saya tidak memikirkan harga untuk memperoleh kebahagiaan				
30.	Saya tidak mampu menunda keinginan untuk membeli sesuatu walaupun tidak memiliki uang				

Lampiran 2. Input Data Excel Penelitian Skala Gaya Hidup Hedonis

SUBJEK	ATM																														TOTAL A	TOTAL B	TOTAL C	TOTAL ALL	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30					
1	2	3	3	2	2	3	2	3	4	2	2	3	3	4	3	2	2	2	2	4	3	2	3	1	3	3	4	3	2	4	23	25	33	81	
2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	23	27	25	80	
3	2	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	1	2	2	3	3	3	3	2	21	25	19	71	
4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	4	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	28	25	34	86	
5	3	2	3	1	2	2	3	3	1	3	4	3	3	3	3	1	1	2	4	2	3	1	1	1	1	3	2	2	3	1	1	22	22	24	67
6	2	3	4	2	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	1	3	3	4	4	3	3	1	4	3	3	3	3	3	28	31	31	90	
7	3	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	2	2	3	34	27	25	86	
8	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	28	24	28	83	
9	4	4	4	1	2	2	3	4	4	2	3	4	3	4	3	1	3	4	4	3	3	2	2	5	3	3	1	2	4	29	24	33	95		
10	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	20	24	33	77			
11	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	1	2	3	3	4	2	2	1	4	3	4	3	2	4	30	24	29	83	
12	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	2	1	2	29	27	31	87	
13	3	3	4	1	2	4	3	2	3	2	2	4	2	2	3	3	1	3	2	1	4	2	2	1	2	1	3	2	1	2	21	17	31	70	
14	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	1	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	25	25	28	80	
15	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	21	25	25	72	
16	3	2	3	1	2	2	3	3	1	3	4	3	3	3	3	1	1	2	4	2	3	1	1	1	3	3	2	2	1	1	13	20	24	67	
17	4	3	3	1	2	2	4	3	3	1	2	1	3	3	4	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	2	2	28	25	28	77	
18	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	27	28	26	81	
19	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	24	27	25	76	
20	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	27	28	25	80	
21	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	2	1	2	28	27	31	87		
22	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	4	4	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	28	24	30	84		
23	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	2	1	2	29	27	31	87		
24	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	1	3	2	4	3	2	2	1	4	3	4	3	3	3	31	34	30	95	
25	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	27	31	25	83		
26	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	2	1	2	29	27	31	87		
27	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	1	2	27	31	26	85		
28	2	4	3	3	2	3	4	2	1	3	1	2	4	3	2	2	3	4	4	1	3	1	4	4	4	4	1	4	4	23	25	27	85		
29	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	2	1	2	29	27	31	87		
30	3	3	2	4	3	2	3	4	2	3	4	2	3	4	4	3	2	3	3	4	3	3	1	4	4	4	3	2	3	32	32	27	95		
31	4	3	3	1	2	4	3	3	1	2	4	1	3	4	4	2	1	2	3	3	3	3	2	3	4	4	2	2	2	29	25	26	79		
32	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2	2	27	28	25	80		
33	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	2	1	2	29	27	31	87		
34	2	2	3	2	3	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	4	3	2	3	2	4	3	2	3	2	3	26	27	27	80		
35	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	1	1	1	4	2	2	3	3	2	22	25	26	73	
36	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	31	34	30	95		
37	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	27	25	27	80	
38	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	31	31	28	90		
39	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	27	31	28	85		
40	4	3	3	1	2	2	4	3	3	1	2	1	3	3	4	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	2	2	28	25	26	77	
41	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	28	24	29	81		
42	3	3	2	4	3	2	3	4	2	3	4	2	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	1	4	4	3	2	3	32	32	27	95		
43	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	24	25	25	74		
44	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	1	3	4	4	1	1	1	1	3	4	4	2	3	3	27	31	28	85		
45	4	3	3	1	2	4	3	3	1	2	1	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	2	2	26	25	26	77		
46	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	27	24	26	83		
47	2	2	3	2	2	3	3	3	4	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	1	19	25	28	76		
48	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	29	26	26	84		
49	3	4	4	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	3	3	1	2	2	4	2	2	3	2	2	27	27	27	81		
50	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	21	25	25	72		
51	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	1	3	3	4	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	4	3	3	4	27	28	31	86			
52	4	3	3	1	2	2	4	3	3	1	2	1	3	3	4	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	2	26	25	26	77		
53	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	21	21	21	63		
54	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	4	4	3	3	31	30	29	90		
55	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	21	25	25	72		
56	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	3	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	3											

Lampiran 3. Input Data Excel Penelitian Skala Kontrol Diri

SUBJEK	ITEM																														TOTAL A	TOTAL B	TOTAL C	TOTAL ALL	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30					
1	3	4	3	2	3	1	3	2	3	2	2	2	3	3	1	2	2	1	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	25	20	70
2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	24	21	20	65	
3	3	3	2	3	3	1	2	4	3	1	2	3	2	3	4	3	3	2	3	4	2	2	2	2	2	4	3	3	2	3	2	25	30	24	79
4	3	2	1	1	3	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	1	3	1	1	2	2	20	20	15	55
5	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	1	1	26	25	25	76
6	3	3	3	1	3	2	2	2	3	1	2	3	2	3	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	4	2	3	3	2	22	22	26	70
7	3	3	2	2	1	1	2	3	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	4	3	1	1	4	3	1	1	4	2	2	2	2	22	24	19	65
8	2	3	1	1	3	1	2	3	2	2	3	1	3	4	1	3	2	2	4	3	2	2	4	3	2	2	1	4	2	2	2	22	24	20	66
9	4	4	2	1	2	1	2	2	3	1	1	2	4	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	3	1	2	1	21	19	21	61
10	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	1	1	26	25	25	76
11	3	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	3	4	2	3	2	3	2	1	2	1	2	1	1	3	2	2	1	2	21	22	17	60
12	2	4	1	2	3	1	1	2	4	1	1	3	2	4	3	2	3	2	3	1	4	3	1	3	1	3	1	2	2	1	21	20	20	61	
13	3	1	3	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	4	2	3	4	4	1	2	3	3	2	4	2	27	24	20	71	
14	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	4	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	22	21	21	64	
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	2	3	2	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	30	28	25	83	
16	3	1	3	2	1	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	1	4	2	3	4	4	2	3	3	2	4	4	2	2	27	24	20	71	
17	2	4	2	1	3	1	1	1	1	1	1	3	2	4	4	2	4	1	4	2	2	3	1	1	1	1	2	2	1	1	18	19	19	56	
18	1	1	2	1	4	1	1	1	3	4	1	3	1	3	1	1	1	2	2	3	1	1	1	3	4	1	2	3	2	2	19	19	22	57	
19	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	4	2	1	3	4	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	24	24	24	72	
20	3	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	23	21	20	64	
21	1	3	1	3	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	4	1	1	3	1	4	1	4	1	1	4	1	1	2	1	2	17	17	17	51	
22	2	2	2	1	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	4	1	2	3	2	3	2	2	22	19	22	63	
23	3	2	1	1	3	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2	1	2	2	2	1	1	3	1	1	2	2	1	1	20	19	15	54	
24	1	2	1	2	2	1	2	2	3	2	3	3	1	4	1	2	3	1	3	4	2	1	3	1	3	1	3	2	2	2	19	16	19	54	
25	4	1	2	3	1	2	4	3	2	1	3	3	4	4	3	3	2	4	4	1	2	3	1	3	1	1	2	1	1	26	28	18	72		
26	2	2	2	2	3	1	2	1	2	2	1	2	2	4	1	3	1	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	1	1	1	20	19	16	55	
27	1	4	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	4	4	3	3	1	4	2	2	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	19	20	15	54	
28	3	3	1	2	3	1	1	1	2	1	1	1	3	3	4	3	2	2	2	1	1	4	1	1	4	1	2	3	1	2	26	17	17	60	
29	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	4	2	1	1	2	3	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	19	19	17	54	
30	3	4	3	2	3	1	3	2	2	1	2	2	1	4	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	24	24	17	61	
31	3	3	3	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	24	23	19	66	
32	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	1	3	3	1	4	2	2	24	24	20	71	
33	3	2	1	1	3	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	1	2	2	2	1	1	3	1	1	2	2	1	20	19	15	54	
34	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25	24	22	71	
35	3	4	3	2	3	1	3	2	3	2	1	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	1	4	2	2	3	2	28	25	26	79	
36	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	1	3	3	1	1	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	18	19	17	54	
37	4	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	4	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	2	2	27	30	23	80	
38	2	3	2	2	3	1	1	2	2	2	2	1	3	2	3	2	3	2	1	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	16	25	16	57	
39	3	4	1	2	3	1	2	4	3	2	1	3	3	4	4	3	3	2	4	4	1	2	3	1	3	1	1	2	1	1	26	28	18	72	
40	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	1	3	1	1	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	19	19	17	54	
41	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	16	19	17	52	
42	4	3	2	3	1	3	2	2	1	2	2	1	4	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	24	24	17	61	
43	3	4	1	3	1	3	4	3	2	1	3	3	4	4	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	28	26	23	77	
44	3	3	1	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	21	24	21	66	
45	3	4	3	2	3	1	3	2	3	2	1	3	4	4	3	3	1	3	2	3	2	2	1	4	2	2	2	3	2	2	26	25	26	77	
46	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	4	1	3	3	2	2	2	1	4	1	2	3	2	2	2	2	2	20	20	20	60	
47	4	3	2	2	2	4	4	3	3	2	1	3	3	4	4	3	2	2	2	4	3	2	1	4	3	3	2	3	2	2	24	26	25	75	
48	2	3	2	1	3	1	2	2	1	2	2	1	2	1	3	2	2	2	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	22	16	58	
49	4	4	2	3	4	1	3	3	4	2	3	4	4	3	1	3	3	1	2	4	1	2	2	2	3	2	3	2	2	1	28	29	19	76	
50	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	28	28	26	82	
51	2	1	1	1	3	2	1	2	2	2	2	1	4	2	1	3	1	2	3	2	3	1	2	4	2	2	3	3	3	2	20	25	19	64	
52	2	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	3	2	1	1	1	4	1	2	3	1	1	22	19	15	56	
53	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	28	28	26	82	
54	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	17	21	17	55	
55	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	4	2	3	2	2																	

Lampiran 6. Hasil Uji Reliabilitas Gaya Hidup Hedonis

Aspek A Reliability Statistics		Aspek B Reliability Statistics		Aspek C Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items	Cronbach's Alpha	N of Items	Cronbach's Alpha	N of Items
.631	9	.811	9	.556	9

Semua Aspek Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.774	27

Lampiran 7. Hasil Uji Reliabilitas Kontrol Diri

Aspek A Reliability Statistics		Aspek B Reliability Statistics		Aspek C Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items	Cronbach's Alpha	N of Items	Cronbach's Alpha	N of Items
.759	7	.672	9	.676	8

Semua Aspek Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.851	24

Lampiran 8. Hasil Uji Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
KontrolDiri	100	49	83	65.41	9.194
GayaHidupHedonis	100	63	93	80.84	7.052
Valid N (listwise)	100				

Lampiran 9. Kategorisasi Skor

Gaya_Hidup_Hedonis

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tinggi	12	12.0	12.0	12.0
Sedang	65	65.0	65.0	77.0
Rendah	23	23.0	23.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

Kontrol_Diri

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sedang	7	7.0	7.0	7.0
Rendah	35	35.0	35.0	42.0
Sangat Rendah	58	58.0	58.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

Lampiran 10. Uji Asumsi Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Gaya_Hidup_Hedonis	.084	100	.082	.977	100	.081
Kontrol_Diri	.077	100	.149	.978	100	.085

a. Lilliefors Significance Correction

Lampiran 11. Uji Asumsi Linieritas

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Gaya_Hidup_Hedonis * Kontrol_Diri	Between Groups (Combined)	3526.815	33	106.873	.814	.739
	Linearity	66.187	1	66.187	.504	.480
	Deviation from Linearity	3460.628	32	108.145	.823	.723
	Within Groups	8670.345	66	131.369		
	Total	12197.160	99			

Lampiran 12. Uji Korelasi *Product Moment*

Correlations

		KontrolDiri	GayaHidupHedonis
KontrolDiri	Pearson Correlation	1	-.479**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
GayaHidupHedonis	Pearson Correlation	-.479**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 13. Uji Korelasi Parsial

Correlations

Control Variables			TotalX1	TotalX2	TotalX3	TotalY1
-none- ^a	TotalX1	Correlation	1.000	.530	.601	-.475
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	.000
		df	0	98	98	98
	TotalX2	Correlation	.530	1.000	.526	-.197
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	.050
		df	98	0	98	98
	TotalX3	Correlation	.601	.526	1.000	-.396
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	.000
		df	98	98	0	98
	TotalY1	Correlation	-.475	-.197	-.396	1.000
		Significance (2-tailed)	.000	.050	.000	.
		df	98	98	98	0
TotalY1	TotalX1	Correlation	1.000	.506	.511	
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	
		df	0	97	97	
	TotalX2	Correlation	.506	1.000	.498	
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	
		df	97	0	97	
	TotalX3	Correlation	.511	.498	1.000	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	
		df	97	97	0	

a. Cells contain zero-order (Pearson) correlations.

Correlations

Control Variables			TotalX1	TotalX2	TotalX3	TotalY2
-none- ^a	TotalX1	Correlation	1.000	.530	.601	-.422
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	.000
		df	0	98	98	98
	TotalX2	Correlation	.530	1.000	.526	-.314
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	.001
		df	98	0	98	98
	TotalX3	Correlation	.601	.526	1.000	-.295
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	.003
		df	98	98	0	98
	TotalY2	Correlation	-.422	-.314	-.295	1.000
		Significance (2-tailed)	.000	.001	.003	.
		df	98	98	98	0
TotalY2	TotalX1	Correlation	1.000	.462	.551	
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	
		df	0	97	97	
	TotalX2	Correlation	.462	1.000	.478	
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	
		df	97	0	97	
	TotalX3	Correlation	.551	.478	1.000	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	
		df	97	97	0	

a. Cells contain zero-order (Pearson) correlations.

Correlations

Control Variables			TotalX1	TotalX2	TotalX3	TotalY3
-none- ^a	TotalX1	Correlation	1.000	.530	.601	-.165
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	.102
		df	0	98	98	98
	TotalX2	Correlation	.530	1.000	.526	-.121
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	.232
		df	98	0	98	98
	TotalX3	Correlation	.601	.526	1.000	-.126
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	.213
		df	98	98	0	98
	TotalY3	Correlation	-.165	-.121	-.126	1.000
		Significance (2-tailed)	.102	.232	.213	.
		df	98	98	98	0
TotalY3	TotalX1	Correlation	1.000	.521	.593	
		Significance (2-tailed)	.	.000	.000	
		df	0	97	97	
	TotalX2	Correlation	.521	1.000	.519	
		Significance (2-tailed)	.000	.	.000	
		df	97	0	97	
	TotalX3	Correlation	.593	.519	1.000	
		Significance (2-tailed)	.000	.000	.	
		df	97	97	0	

a. Cells contain zero-order (Pearson) correlations.