

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Kemajuan informasi dan teknologi di zaman globalisasi ini, telah banyak mempengaruhi dan mengubah banyak aspek kehidupan manusia. Manusia cenderung lebih menyukai kegiatan-kegiatan yang bersifat praktis, sederhana, efektif, efisien, dan cepat. Di zaman digital dengan kehadiran teknologi canggih kekinian, hadirnya *smartphone* mempermudah aktivitas-aktivitas mereka di berbagai aspek. Dengan berkembangnya teknologi, tentunya membawa dampak bagi pola hidup manusia. Tidak hanya membawa dampak positif saja, era globalisasi ini membawa dampak negatif pula. Hal ini ditunjukkan dengan munculnya gaya hidup modern pada masyarakat.

Naisbitt dan Aburdene dalam (Poernomo dan Setiadi, 2004:201) berpendapat, zaman globalisasi memungkinkan berkembangnya gaya hidup yang bersifat global. Dibuktikan dengan maraknya rumah makan, gaya berpakaian yang modern, kosmetik, aksesoris dan sebagainya. Pada umumnya, Indonesia sudah menunjukkan adanya perubahan begitu cepat dalam menghadapi globalisasi dan modernisasi yang mendesak individu untuk mampu mengikuti kemajuan zaman. Kondisi ini menyebabkan perubahan gaya hidup serta kebiasaan masyarakat yang cenderung berlebihan, yang mengarah pada gejala perilaku konsumtif.

Suyasa dan Fransisca (2005:176) menjelaskan membeli barang dan jasa terlalu banyak untuk memenuhi keinginan daripada kebutuhan disebut sebagai

perilaku konsumtif, yang menyebabkan pemborosan dan ketidakefisienan dalam pengeluaran biaya. Istilah "konsumtif" mengacu pada boros, yang berarti mengonsumsi barang dan jasa terlalu banyak. (Gumulya & Widiastuti, 2013:52).

Pada saat ini pengaruh modernisasi mudah kita jumpai dalam kehidupan sehari-hari, terutama pada remaja. Terlihat dari cara remaja menjalani gaya hidup modern dan mengutamakan kesenangan sebagai tujuan hidup mereka. Karena keinginan mereka untuk mencoba hal-hal baru, non-realistik, dan boros, pendapat Loudon dan Bitta (1993:149) menyatakan bahwa remaja memiliki orientasi konsumtif.

Seperti yang kita ketahui, masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Remaja masih mengalami banyak proses pembentukan dalam perilaku mereka, seperti pencarian dan upaya untuk mencapai pola diri yang ideal. Sebagai akibat dari pertumbuhan, perkembangan, dan pembentukan jiwa remaja, mereka memiliki energi yang luar biasa, temperamen yang tidak stabil, dan kecenderungan yang lebih aktif dan agresif untuk mempelajari apa pun. Akibatnya, remaja sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan sekitar mereka. Termasuk perilaku konsumtif ini.

Iklan, konformitas, dan gaya hidup adalah penyebab utama tingginya perilaku konsumtif yang dialami remaja. Remaja juga memiliki hubungan konformitas dengan perilaku konsumtif dengan mengikuti gaya hidup kelompok atau ingin diterima oleh kelompok, seperti merek ponsel atau jenis

kendaraan yang sama (Suyasa dan Fransiska, 2005:176). Sudah sejak lama proses gaya hidup jadi bagian dari konsumtif. Jadi, ketika barang-barang diproduksi secara massal untuk memenuhi kebutuhan konsumen yang meningkat, perilaku konsumtif itu muncul. Perilaku konsumtif dalam hal ini sangat dipengaruhi oleh media elektronik dan media massa, karena mereka menarik minat pelanggan untuk membeli barang. (Lestarina, 2017:4)

Gaya hidup remaja saat ini sangat mencuri perhatian baik dari gaya berbicara, penampilan maupun cara bergaul. Terlihat dari cara mereka menghabiskan sebagian uangnya untuk menelusuri tempat makan baru dan bergengsi, gaya berpakaian yang menarik, menggunakan ponsel terkini, *update* dengan segala *trend* kekinian.

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, perilaku konsumtif sama saja dengan perilaku boros. Allah SWT berfirman dalam QS. Al-Isra : 27 :



Artinya: Sesungguhnya para pemboros itu adalah saudara-saudara setan dan setan itu sangat ingkar kepada Tuhannya. (Kemenag RI, 2017:284)

Allah mencela perbuatan boros dengan mengatakan bahwa orang yang boros sama dengan saudara setan, setan menggoda manusia untuk berbuat boros dengan membelanjakan harta secara berlebihan dan perilaku boros termasuk sifat setan dan setan itu sangat ingkar pada segala anugerah dan nikmat dari Tuhannya. Dari ayat di atas, sudah jelas bahwa Allah SWT tidak suka dengan

hambanya yang boros, sama halnya terhadap individu dengan perilaku konsumtif.

Perilaku boros yakni membuang-buang banyak uang tanpa menyadari adanya kebutuhan yang lebih jelas, merupakan salah satu perilaku konsumtif. Perilaku konsumtif sama dengan boros yang memberikan efek negatif bagi kehidupan remaja. Psikologi agama memandang pengajaran agama sebagai pedoman untuk bersikap dan berperilaku. Tujuannya adalah untuk memenuhi ketaatan kepada Dzat yang supernatural melalui pembentukan kepribadian dan keselarasan hubungan sosial. (Heni, 2013:6).

Perilaku konsumtif bisa dikatakan dalam perilaku atau sikap yang menyimpang apabila remaja mengonsumsi atau menggunakan uang dengan boros tanpa memikirkan terlebih dahulu manfaat atau kebutuhan yang diperlukan dengan cara berbohong kepada orang tua atau bahkan mencuri agar bisa mendapatkan uang lebih banyak demi memenuhi perilaku konsumtifnya.

Fenomena perilaku konsumtif ini lebih mudah ditemukan di perkotaan. Sebab, daerah perkotaan memiliki banyak fasilitas-fasilitas menunjang seperti *mall*, *cafe* dan pusat perbelanjaan lainnya. Ekonomi di daerah perkotaan cenderung lebih maju, begitupun masyarakatnya dengan penghasilan tergolong menengah ke atas. Hasil dari pengamatan peneliti, Cikarang Pusat termasuk wilayah dengan banyaknya fasilitas-fasilitas menunjang, serta penduduk dengan ekonomi yang cukup berada. Cikarang dikategorikan sebagai salah satu kawasan *sunrise property* karena dilengkapi berbagai infrastruktur memadai dan fasilitas publik yang lengkap. Pada kategori fasilitas berbelanja, dimulai

dari kebutuhan sehari-hari sampai kebutuhan yang mendukung gaya hidup tersedia di Cikarang diantaranya Sentra Grosir Cikarang, Mall Lippo Cikarang, Farmers Market, hingga Plaza Indonesia Jababeka (Rumah.com, 2017)

Penelitian ini didasari dengan ditemukannya permasalahan beberapa siswa di SMAN 1 Cikarang Pusat yang memiliki perilaku konsumtif ternyata sebagian didapatkan uangnya dari berbohong kepada orang tua, dan ada pula yang mencuri. Berdasarkan hasil wawancara sementara pada tanggal 16 Februari 2023 bersama salah satu guru BK SMAN 1 Cikarang Pusat, Bu Diani mengatakan adanya kasus beberapa siswa seperti mencuri *Airpods* seharga 4 juta milik temannya, siswa mencuri rokok elektrik atau dikenal *Vape* milik temannya, serta siswa meminta uang kepada orang tua dengan alasan kepentingan atau keperluan sekolah yang ternyata berbohong untuk kebutuhan yang tidak penting. Selain itu Bu Diani juga menjelaskan bahwa bentuk perilaku konsumtif yang pada siswa antara lain: siswa membawa uang jajan lebih dan terlalu sering jajan di sekolah maupun di luar sekolah, siswa memakai peralatan sekolah terbaru seperti *smartwatch*, sepatu, tas, *fashion* dengan *trend* terkini, siswa mengganti *smartphone* yang terbaru, penggunaan kuota dan pembelian pulsa yang relatif boros, serta siswa memakai kendaraan pribadi ke sekolah. Hal tersebut didasari karena pemenuhan gaya hidup dan faktor status sosial. Siswa yang mencuri barang milik temannya beralasan ingin memiliki benda tersebut dan merasa ingin dihargai. Itulah yang peneliti ketahui dari hasil wawancara.

Menurut penelitian sebelumnya, yang dilakukan oleh Rezi Suci Agustia (2012) mengenai gambaran perilaku konsumtif pada Siswa-i Sekolah Menengah Atas “International Islamic Boarding School Republic of Indonesia” (SMA IIBS RI), dimana lokasi penelitian sama-sama berada di Cikarang, menyimpulkan bahwa perilaku konsumtif terdiri dari empat dimensi: Status, Barang di Luar Jangkauan, Barang Menjadi Tidak Produktif, dan Pemenuhan Keinginan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dimensi Status memiliki skor tertinggi. Ada dua indikator untuk dimensi ini, yang pertama adalah bahwa orang membeli barang *fashion* karena ingin tetap modis, mengikuti tren, dan gaya hidup. Yang kedua memberi barang *fashion* karena harga diri. Dari dua indikator itu, 100% dari seluruh responden (60 responden) menunjukkan adanya perilaku konsumtif pada *fashion* karena ingin tetap modis, mengikuti tren, dan gaya hidup.

Treatment yang diberikan oleh guru BK terhadap permasalahan siswa dengan perilaku konsumtif yang ditemukan yakni layanan bimbingan konseling Islam dengan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy*. Menurut penjelasan yang terdapat dalam buku "Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam" karya Thohari Musnamar, bimbingan Islam merujuk pada upaya membantu individu agar dapat hidup sesuai dengan petunjuk dan perintah Allah SWT, dengan tujuan mencapai kebahagiaan baik dalam kehidupan dunia maupun akhirat. Di sisi lain, konseling Islam adalah proses memberikan bantuan kepada individu untuk menyadari bahwa mereka adalah ciptaan Allah SWT yang seharusnya hidup selaras dengan petunjuk dan ketentuan-Nya,

dengan harapan memperoleh kebahagiaan di dunia dan akhirat nanti. Selain itu bimbingan konseling memiliki fungsi yakni membantu individu agar bisa mengadaptasikan diri dengan keadaan diri sendiri dan sekitarnya, secara konstruktif dan dinamis, dan juga konselor memberikan bimbingan kepada konseli mengenai cara menghindari diri dari tingkah laku maupun perbuatan yang tidak sesuai dan tidak diharapkan.

Permasalahan perilaku konsumtif yang cenderung menyimpang ini, akan efektif diatasi dengan pendekatan CBT. Sebab perilaku siswa tersebut merupakan bentuk dari pikiran serta tingkah laku yang salah yang disebabkan dari emosi negatif yang dimilikinya. Konsep CBT menurut Aaron T. Beck adalah mengubah perilaku dan pikiran yang mempengaruhi tingkah laku dan kognitif yang dimiliki siswa dari negatif menjadi positif. Tujuan guru BK memberikan *treatment* dengan pendekatan CBT agar dapat menemukan solusi yang tepat bagi permasalahan tersebut, dengan proses konseling difokuskan pada restrukturisasi atau perbaikan penyimpangan kognitif akibat peristiwa yang berdampak negatif pada dirinya sendiri, baik secara fisik maupun psikologis, dan lebih fokus masa kini. *Cognitive Behavioral Therapy* memodifikasi cara berpikir, bertindak dan merasakan dengan menekankan fungsi otak dalam menganalisis, mempertanyakan, bertindak dan memutuskan kembali. Perilaku konsumtif jika dibiarkan atau dianggap sebagai hal yang wajar, bisa menjadi kebiasaan atau tingkah laku yang buruk yang mengarah pada perilaku menyimpang seperti kasus mencuri tersebut. Dengan mengubah

keadaan perasaan dan pikiran, siswa diharapkan mampu meminimalisir perilaku konsumtif yang negatif menjadi lebih positif dan bijak.

Berdasarkan latar belakang serta penjelasan ringkas teori di atas, didukung dengan fakta dan fenomena yang telah dijelaskan sebelumnya, peneliti tertarik melakukan penelitian dan mengambil judul : Bimbingan Konseling Islam Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* Dalam Meminimalisir Perilaku Konsumtif Siswa (Penelitian di SMAN 1 Cikarang Pusat).

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan, maka rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu :

1. Bagaimana kondisi perilaku konsumtif siswa SMAN 1 Cikarang Pusat?
2. Bagaimana pelaksanaan bimbingan konseling Islam pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* dalam meminimalisir perilaku konsumtif siswa SMAN 1 Cikarang Pusat?
3. Bagaimana hasil yang dicapai setelah pelaksanaan bimbingan konseling Islam pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* dalam meminimalisir perilaku konsumtif siswa SMAN 1 Cikarang Pusat?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini, yaitu :

1. Untuk mendeskripsikan perilaku konsumtif siswa SMAN 1 Cikarang Pusat
2. Untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan konseling Islam pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* dalam meminimalisir perilaku konsumtif siswa SMAN 1 Cikarang Pusat

3. Untuk mengetahui hasil yang dicapai setelah bimbingan konseling Islam pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* dalam meminimalisir perilaku konsumtif siswa SMAN 1 Cikarang Pusat

D. Kegunaan Penelitian

1. Secara Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat yaitu :

- a. Menambah khazanah keilmuan bagi peneliti yang lain khususnya dalam bidang bimbingan konseling dalam meminimalisir perilaku konsumtif remaja khususnya siswa SMAN 1 Cikarang Pusat
- b. Sebagai sumber informasi dan referensi tentang pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* dalam meminimalisir perilaku konsumtif yang dialami oleh remaja, dalam penelitian ini siswa SMAN 1 Cikarang Pusat.

2. Secara Praktis

- a. Bagi sekolah, agar bisa digunakan sebagai bahan masukan mengenai urgensi layanan serta kegiatan pendukung yang diberikan oleh guru BK
- b. Bagi perguruan tinggi, diharapkan hasil penelitian bisa menjadi dokumen di bidang akademik yang bermanfaat guna dijadikan acuan bagi civitas akademik.
- c. Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa memberikan informasi serta pengetahuan dan dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya agar lebih baik lagi.

E. Hasil Penelitian yang Relevan

1. Skripsi Isma Kurnia (2019), *Bimbingan dan Konseling Islam dengan Cognitive Behavior Therapy untuk Mengatasi Shopaholic Online Shop pada Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya*, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Penelitian ini meneliti permasalahan kecanduan berbelanja yang dialami oleh salah seorang mahasiswi di UIN Sunan Ampel Surabaya, dan konselor memilih menggunakan *cognitive behavior therapy* untuk membantu dalam merubah pemikiran yang negatif untuk menjadi yang lebih positif. Dalam penelitian ini mendeskripsikan proses bimbingan dan konseling Islam dengan *cognitive behavior therapy* untuk mengurangi *shopaholic online shop* dengan menggunakan *daily accounting* dan skala prioritas untuk merubah pola pikir irasional menjadi rasional. Dari hasil analisis, peneliti menyimpulkan hasil akhir dari *Cognitive Behavior Therapy* untuk mengatasi *shopaholic online shop* pada seorang mahasiswi di UIN Sunan Ampel Surabaya dikatakan telah membantu, dengan persentase perubahan perilaku 75% berhasil. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya perubahan pada diri konseli yaitu mengacu pada pikiran dan kebiasaanya. Pikiran konseli sudah mulai menyadari mengenai bagaimana mengontrol nafsunya agar tidak terjerumus dalam mengikuti *trend* atau gaya hidup masa kini. Konseli juga mampu berpikir mana yang seharusnya yang harus dia belanjakan dan mana yang tidak. Kebiasaan konseli sudah meninggalkan kebiasaanya dalam hal berbelanja *online* yang menimbulkan dia mengalami kecanduan. Beberapa kebiasaan negatif menjadi positif,

seperti kebiasaanya menghabiskan hampir seluruh waktunya untuk menelusuri toko *online* mulai dikurangi. Lebih banyak bersyukur untuk apa yang telah didapatkan. Saat ini kata maaf, terima kasih dan Alhamdulillah adalah kata yang sering konseli ungkapkan. Perubahan yang sedemikian ini menimbulkan respon positif.

2. Skripsi Ayu Aryani (2019), *Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk menurunkan perilaku Impulsive Buying Pada Peserta Didik Di SMP 3 Bandar Lampung*. Setelah peneliti melakukan analisis data diperoleh hasil dengan satu kesimpulan bahwa terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok. Teknik *cognitive behaviour therapy* mampu dalam menangani peserta didik yang memiliki perilaku *Impulsive Buying* dengan mengubah pola pikirnya yang bersifat irasional menjadi rasional dengan menampilkan bukti- bukti yang bertentangan dengan keyakinan peserta didik. Dari hasil perhitungan angket yang dilakukan dapat diketahui bahwa persentase dari 8 sample peserta didik sebelum diberikan perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive behavior therapy* memiliki nilai sebesar 80, 5 dimana hal ini termasuk dalam kriteria tinggi. Hal ini menunjukkan gambaran secara umum bahwa peserta didik lebih mengedepankan strata sosial saat bermain, rasa keinginan yang kuat dalam hal yang tidak wajar seperti langsung membeli sesuatu yang dianggapnya menarik, serta menganggap apa yang dimiliki teman harus dimilikinya juga walaupun itu tidak terlalu penting. Berdasarkan hasil *pretest* peserta didik

perlu mendapatkan tindak lanjut dalam hal ini. Setelah 8 sampel mendapatkan *treatment* berupa konseling kelompok dengan teknik *cognitive behaviour therapy* terjadi perubahan dari peserta didik setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive behaviour therapy* mengalami perubahan dalam skor yang diperoleh. Rata-rata sebelum mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive behaviour therapy* adalah 83,8 dan setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive behaviour therapy* rata-rata menurun menjadi 31,5 Ditunjukkan pada hasil wilcoxon dengan program SPSS diperoleh z hitung = 52,3 yaitu adanya n yang signifikan setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive behaviour therapy*. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive behaviour therapy* dapat menurunkan perilaku *Impulsive Buying* pada peserta didik kelas IX B di SMP Negeri 3 Bandar Lampung. Saran yang diberikan peneliti, guru diharapkan dapat meneruskan teknik CBT di sekolah untuk meningkatkan kemampuan peserta didik serta dapat mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki. Dan untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan kajian lebih mendalam, melakukan kegiatan konseling dengan banyak sesi yang berkaitan dengan layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive behavior therapy* pada peserta didik.

3. Jurnal Subki (2018), *Upaya Meminimalkan Perilaku Konsumtif Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Wanasaba Tahun Ajaran 2016/2017*, Universitas Gunung Rinjani. Hasil penelitian menunjukkan tingkat perilaku konsumtif siswa sebelum memperoleh layanan konseling kelompok rata-rata persentasenya sebesar 66,04 % termasuk dalam kriteria tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa anggota kelompok sebelum memperoleh perlakuan berupa layanan konseling kelompok mengalami permasalahan perilaku konsumtif baik permasalahan perilaku konsumtif pada membeli atau mengonsumsi barang karena ingin tampak berbeda dengan orang lain, membeli atau mengonsumsi barang karena kebanggaan diri, membeli atau mengonsumsi barang karena ikut-ikutan serta membeli atau mengonsumsi barang karena ingin menarik perhatian orang lain. Tingkat perilaku konsumtif siswa setelah memperoleh layanan konseling kelompok rata-rata persentasenya sebesar 48,49 % termasuk dalam kriteria rendah. Hal ini menunjukkan bahwa anggota kelompok setelah memperoleh perlakuan berupa layanan konseling kelompok mengalami peminimalan perilaku konsumtif baik permasalahan perilaku konsumtif pada membeli atau mengonsumsi barang karena ingin tampak berbeda dengan orang lain, membeli atau mengonsumsi barang karena kebanggaan diri, membeli atau mengonsumsi barang karena ikut-ikutan serta membeli atau mengonsumsi barang karena ingin menarik perhatian orang lain. Dari hasil tersebut, menyimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dapat meminimalkan perilaku

konsumtif pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Wanasaba Tahun 2016/2017. Hal tersebut dapat dilihat dari perbedaan perilaku konsumtif siswa sebelum dan setelah memperoleh layanan konseling kelompok terjadi peminimalan perilaku konsumtif yaitu rata-rata persentase skor sebesar 17,57 %. Saran yang diberikan, guru pembimbing SMA Negeri 1 Wanasaba perlu mengefektifkan layanan konseling kelompok bagi siswa khususnya yang masih memiliki perilaku konsumtif tinggi dan menciptakan konseling kelompok seefektif mungkin sehingga dinamika kelompok dapat terbentuk dengan baik. Dan bagi siswa hendaknya selalu mendukung dan memfasilitasi pelaksanaan layanan konseling kelompok dalam meminimalkan perilaku konsumtif siswa kelas X dapat berjalan lancar sesuai dengan program dari guru pembimbing

F. Landasan Pemikiran

a. Landasan Teoritis

Landasan teoritis yang menjadi pijakan dalam penelitian ini adalah : a) Bimbingan Konseling Islam b) *Cognitive Behavioral Therapy* dan c) Perilaku Konsumtif Remaja.

Pertama, teori bimbingan konseling Islam. Menurut Isep Zainal Arifin, bimbingan konseling Islam adalah suatu proses memberikan dukungan kepada individu agar mereka dapat menyadari kembali bahwa manusia adalah ciptaan Allah SWT dan seharusnya menjalani kehidupan sesuai dengan peraturan dan petunjuk-Nya, dengan tujuan mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Layanan serta kegiatan pendukung

bimbingan konseling dapat membangkitkan kolaborasi antara siswa untuk mencapai proses pembelajaran di lingkungan sekolah, yakni kemandirian dan kedewasaan. Bimbingan dan konseling Islam bertujuan secara keseluruhan untuk membantu individu mencapai kebahagiaan dalam kehidupan dunia dan akhirat. Salah satu fokus utama bimbingan konseling Islam adalah membantu individu dalam mempelajari dan mengembangkan fitrah mereka, atau mengembalikan diri mereka pada fitrah yang sejati. Melalui pemberdayaan energi iman, akal, dan keinginan yang telah diberikan kepadanya oleh Allah SWT supaya dia dapat mempelajari tuntunan-Nya dan Rasul-Nya, supaya fitrah yang ada dalam dirinya dapat berkembang dengan kukuh dan benar sesuai dengan tuntunan-Nya. (Sutoyo, 2013:198). Bimbingan adalah pelayanan yang diberikan oleh seorang konselor kepada individu yang membutuhkan, dengan tujuan membantu mereka dalam mengatasi masalah atau mengembangkan potensi yang ada dalam diri mereka. Dalam menjalankan proses konseling, terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan, seperti pemahaman, pengenalan, penerangan, pengarahan, dan pengaturan diri, dengan tujuan agar proses berjalan dengan optimal dan lancar. Melalui pelayanan dan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling yang intensif di dalam lingkungan pendidikan, dapat meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan keterampilan sosial secara umum, meningkatkan kontrol diri, serta memperkuat solidaritas dan toleransi. Dengan bimbingan dan konseling diharapkan siswa dengan perilaku konsumtif dapat menyadari akan dampak dari perilakunya serta

bisa membuat keputusan dengan baik, menemukan jati diri dan dapat mengaktualisasikan dirinya ke arah positif.

Kedua, teori Cognitive Behavioral Therapy. Sebagaimana dikatakan oleh Aaron Temkin Beck, bahwa Terapi Perilaku Kognitif (*Cognitive Behavioral Therapy/CBT*) adalah suatu pendekatan konseling yang dirancang untuk mengatasi masalah yang dialami oleh konseli dengan mengubah pola pikir dan perilaku yang tidak sehat. Pendekatan CBT didasarkan pada keyakinan bahwa pikiran kognitif dan strategi tingkah laku yang salah dapat menjadi penyebab masalah. Proses konseling didasarkan pada pemahaman konseli atau konseptualisasi konseli terhadap keyakinan tertentu dan pola perilaku. *Cognitive Behavioral Therapy* memiliki tujuan yakni adanya restrukturisasi pikiran atau kognitif serta sistem kepercayaan yang salah dan membawa perubahan bagi emosi serta perilaku ke arah lebih baik. *Cognitive Behavioral Therapy* dapat membantu konseli menemukan, mengevaluasi, dan menanggapi pikiran dan keyakinan yang tidak berfungsi. Individu memiliki kesempatan untuk mengembangkan pemikiran otomatisnya setiap hari, yang berdampak pada suasana hati, emosi, dan perilakunya. Dalam praktiknya, konselor membantu konseli mengenali pemikirannya dan mengembangkan perspektif adaptif untuk beradaptasi dengan situasi nyata. Ini membantu meningkatkan kesejahteraan emosional dan psikologis mereka serta mengurangi gejala psikologis yang tidak menyenangkan. Melalui pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy*, siswa dengan perilaku konsumtif yang dialaminya diharapkan mampu menyadari

dampak dari perilaku tersebut, sehingga meminimalisir perilaku konsumtifnya, serta mampu menentukan keputusan yang benar, memperoleh jati diri dan mampu mengaktualisasikan dirinya ke arah positif.

Ketiga, teori Perilaku Konsumtif Remaja. Menurut Maulana (Hidayah, 2015:2), perilaku konsumtif adalah ketika seseorang merasakan keinginan untuk membeli barang yang sebenarnya tidak diperlukan demi memenuhi kepuasan pribadi. Dalam bidang psikologi, kondisi ini dikenal sebagai gangguan belanja kompulsif (*compulsive buying disorder*), dimana individu yang terjebak dalam kondisi ini kesulitan dalam membedakan antara kebutuhan dan keinginan. Menurut Dahlan, kehidupan mewah dan berlebihan ditunjukkan karena adanya perilaku konsumtif. Menggunakan segala hal yang dianggap memiliki nilai tinggi untuk memberikan kepuasan dan kenyamanan fisik yang maksimal, serta adanya pola hidup manusia yang dikendalikan dan didorong oleh nafsu untuk memenuhi keinginan kesenangan semata-mata. (Lina dan Rosyid, 1997:7). Perilaku konsumtif ini biasanya ditemukan pada remaja, dengan tujuan untuk memenuhi gaya hidup mereka (*life style*). Perilaku konsumtif pada remaja saat ini tidak lagi berdasarkan pada faktor kebutuhan, dan hal ini dapat diamati dari ciri-ciri perilaku konsumtif yang mereka tunjukkan. Mangkunegara (1988:62) mengungkapkan bahwa ciri dari perilaku konsumtif pada remaja dapat dikenali melalui karakteristik pembelian remaja, seperti berikut: 1) Remaja mudah terpengaruh oleh rayuan penjual. 2) Rentan terpengaruh oleh iklan, terutama pada tampilan kemasan yang menarik secara visual. 3) Kurang

memperhatikan aspek pengeluaran yang hemat. 4) Kurang realistis, lebih cenderung bersikap romantis, dan mudah tergoda untuk bertindak secara impulsif. Perilaku konsumtif remaja dari data awal seperti siswa membawa uang jajan lebih dan terlalu sering jajan di sekolah, menggunakan aksesoris secara berlebihan dan menggantinya setiap kali pergi ke sekolah, meskipun sebenarnya dilarang menggunakan aksesoris berlebihan. Mereka juga menggunakan perlengkapan sekolah terbaru seperti tas, sepatu, jam tangan, dan sebagainya. Selain itu, siswa berusaha tampil gaya dan berpakaian sesuai dengan tren terkini. Mereka sering mengganti *smartphone* dengan yang terbaru, menghabiskan kuota dan pulsa dengan boros, serta menggunakan kendaraan pribadi untuk pergi ke sekolah.

b. Kerangka Konseptual

Berdasarkan landasan teoritis serta penelitian terdahulu yang relevan, peneliti akan menjelaskan mengenai bagaimana bimbingan konseling Islam dengan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* dalam meminimalisir perilaku konsumtif pada siswa SMAN 1 Cikarang Pusat. Hal tersebut didasari dari munculnya perubahan perilaku masyarakat saat ini oleh pengaruh globalisasi. Salah satu perubahan perilaku yang disebabkan oleh globalisasi, salah satunya adalah gaya hidup. Perubahan gaya hidup ini biasanya terlihat jelas pada masyarakat di kota-kota besar atau perkotaan di seluruh negara. Cikarang Pusat bisa dikategorikan sebagai wilayah perkotaan dengan masyarakat yang memiliki gaya hidup cenderung modern. Dibuktikan dengan fakta atau fenomena yang peneliti temukan di lapangan.

Gaya hidup masyarakat yang modern, menimbulkan perilaku konsumtif dan cenderung mudah ditemukan di kalangan remaja. Perilaku konsumtif di kalangan remaja didasari oleh keinginan mengikuti *trend* dan *mode*. Remaja rela menghabiskan uangnya demi mendapatkan barang-barang yang dianggap dapat menunjang penampilan. Kebutuhan sekunder seperti tas, sepatu, aksesoris, kosmetik dan *handphone* yang bermerek dianggap akan menaikkan taraf sosial. Selain itu, gengsi yang tinggi di lingkungan pergaulannya juga cenderung memicu remaja menjadi berperilaku konsumtif yang berlebihan.

Untuk meminimalisir perilaku konsumtif yang berlebihan pada remaja atau siswa SMAN 1 Cikarang Pusat, maka diperlukan pelaksanaan bimbingan konseling dengan menggunakan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy*. Bimbingan konseling Islam dengan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* memiliki peran dalam memberikan bantuan serta arahan guna meminimalisir perilaku konsumtif yang berlebihan pada diri siswa. Mengubah cara berpikir, merasakan serta berperilaku dengan cara mengedepankan peranan otak dalam melakukan analisis, mengajukan pertanyaan, mengambil tindakan, dan membuat keputusan kembali, merupakan tujuan dari *Cognitive Behavioral Therapy*. Dengan menerapkan *Cognitive Behavioral Therapy*, pola perilaku konsumtif dapat diubah melalui perubahan dalam cara berpikir yang tidak benar yang muncul dari perasaan yang dialami. Hal ini akan menghasilkan perilaku baru yang dapat menggantikan perilaku yang lama menuju arah yang lebih

positif. Dengan dilakukannya bimbingan konseling Islam melalui pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* untuk meminimalisir perilaku konsumtif siswa, siswa yang berperilaku konsumtif diharapkan sadar akan dampak perilaku konsumtif mereka, memiliki kemampuan untuk membuat keputusan yang bijaksana, menemukan identitas mereka, dan mengaktualisasi diri secara positif.



Bagan 1 Skema Konseptual (diolah dari berbagai sumber)

G. Langkah - Langkah Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Cikarang Pusat yang beralamat di Perum Cikarang Baru, Jl. Beruang Raya No.9, Jayamukti, Kec. Cikarang Pusat, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat 17530. Berikut ini adalah pertimbangan yang diambil oleh peneliti saat melakukan penelitian di tempat ini :

- a. Data yang diperlukan untuk penelitian tersedia di lokasi tersebut.
- b. Di lokasi tersebut, beberapa siswa menunjukkan adanya perilaku konsumtif.
- c. Lokasi tersebut dapat mewakili dalam mengungkapkan masalah penelitian.

2. Paradigma dan Pendekatan

a. Paradigma

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan paradigma konstruktivisme. Paradigma konstruktivisme secara epistemologi menurut Thomas Kuhn adalah hasil dari konstruksi sosial dan realitas sosial yang dibentuk berdasarkan pengalaman, interaksi sosial (kelompok dan individu) dimanapun dan kapanpun, bersifat dinamis juga berlangsung secara terus menerus. Perilaku konsumtif siswa SMAN 1 Cikarang Pusat bagian dari realitas sosial yang diangkat sebagai permasalahannya serta layanan bimbingan konseling Islam dengan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* sebagai bentuk pemahaman realitas sosial dan meminimalisir perilaku konsumtif siswa SMAN 1 Cikarang Pusat.

b. Pendekatan

Dalam upaya pengumpulan data, peneliti menggunakan pendekatan penelitian lapangan (*Field Research*). Dalam penelitian lapangan ini penulis berusaha memperoleh data yang ada di lapangan tentang bagaimana perilaku konsumtif pada siswa serta pelaksanaan bimbingan konseling Islam pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy*, selanjutnya hasil yang diterima di evaluasi untuk membuktikan relevansinya antara data yang ditemukan dengan teori-teori yang ada. Tujuan umum penelitian lapangan adalah untuk menjelaskan dan jika memungkinkan, dapat memberikan solusi terhadap masalah-masalah yang ada dalam kehidupan sehari-hari.

3. Metode Penelitian

Metode yang digunakan pada penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif deskriptif adalah bentuk penelitian yang bertujuan untuk memberikan gambaran komprehensif tentang fakta-fakta sosial dan berbagai fenomena yang terjadi dalam masyarakat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan karakteristik, sifat, dan model dari fenomena tersebut. Dalam penelitian ini, peneliti berusaha memberikan analisis mendalam dan jelas tentang perilaku konsumtif siswa di SMAN 1 Cikarang Pusat serta bagaimana pelaksanaan serta hasil dari bimbingan konseling Islam pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* dalam meminimalisir perilaku konsumtif siswa tersebut.

4. Jenis Data dan Sumber Data

a. Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini yakni data kualitatif. Data kualitatif merupakan data yang berbentuk kata-kata atau verbal yang diperoleh melalui wawancara, observasi lapangan maupun sumber data pelengkap lainnya. Adapun jenis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

- 1) Data tentang deskripsi perilaku konsumtif siswa SMAN 1 Cikarang Pusat
- 2) Data tentang pelaksanaan bimbingan konseling Islam pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* yang dilakukan kepada siswa di SMAN 1 Cikarang Pusat

- 3) Data tentang hasil bimbingan konseling Islam pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* yang dilakukan kepada siswa di SMAN 1 Cikarang Pusat

b. Sumber Data

- 1) Data primer. Sumber data primer merupakan sumber utama data yang diperoleh secara langsung dari objek penelitian. Wakasek Kesiswaan berjumlah satu orang, Guru BK berjumlah satu orang, dan siswa SMAN 1 Cikarang Pusat berjumlah tiga siswa sebagai sumber data primer untuk dimintai data mengenai pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dalam meminimalisir Perilaku Konsumtif Siswa SMAN 1 Cikarang Pusat.
- 2) Data sekunder. Sumber data sekunder merujuk pada sumber data yang digunakan untuk memberikan dukungan atau melengkapi data primer. Dalam situasi ini, sumber data sekunder mencakup pihak terkait, buku, artikel, dan media cetak yang relevan dengan penelitian yang sedang dilakukan.

5. Informan atau Unit Analisis

Unit analisis merupakan salah satu komponen dari penelitian kualitatif. Unit analisis dalam penelitian ialah subjek yang akan diteliti kasusnya. Dengan demikian unit analisis dalam penelitian ini adalah pelaksanaan dan hasil dari bimbingan konseling Islam pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* dalam meminimalisir perilaku konsumtif siswa.

Selanjutnya, penentuan informan untuk penelitian ini didasarkan pada individu yang dianggap memiliki kemampuan untuk memberikan informasi yang lengkap dan menyeluruh tentang penelitian. Dengan demikian, data yang dikumpulkan dapat diterima sebagai informasi yang akurat. Adapun informan dalam penelitian disini ialah wakasek kesiswaan, guru bimbingan konseling serta siswa SMAN 1 Cikarang Pusat yang memiliki perilaku konsumtif.

Peneliti memperoleh informan penelitian dengan menggunakan Teknik *purposive sampling*. Teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu disebut Teknik *Purposive sampling* (Sugiyono, 2009:218). Informan-informan yang memiliki kriteria dan dianggap paling mengetahui tentang topik dalam penelitian, yang menjadi pertimbangan dalam pengambilan sampel sumber data yang dibutuhkan.

6. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Salah satu metode pengumpulan data adalah observasi, yang melibatkan pengamatan atau peninjauan lokasi penelitian secara langsung untuk mengetahui kondisi yang terjadi di lokasi penelitian atau untuk membuktikan validitas dari penelitian yang dilakukan. Teknik ini diterapkan dengan partisipasi aktif agar mendapatkan informasi yang akurat.

Oleh karena itu, peneliti membuat objek sasaran observasi bagaimana perilaku konsumtif siswa SMAN 1 Cikarang Pusat, serta

bagaimana pelaksanaan serta hasil dari bimbingan konseling Islam pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* terhadap perilaku konsumtif siswa SMAN 1 Cikarang Pusat.

b. Wawancara

Dalam penelitian ini, peneliti memakai teknik wawancara mendalam. Menurut Moleong (2005:186), wawancara mendalam adalah proses penggalian informasi secara terperinci, terbuka, dan bebas mengenai masalah dan fokus penelitian, dengan tujuan untuk mencapai inti dari penelitian tersebut. Dalam metode ini, wawancara mendalam dilakukan dengan menggunakan daftar pertanyaan yang telah disiapkan sebelumnya.

Untuk itu, teknik ini digunakan peneliti untuk mempelajari secara mendalam tentang bagaimana pelaksanaan bimbingan konseling Islam pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* terhadap perilaku konsumtif siswa SMAN 1 Cikarang Pusat.

c. Dokumentasi

Data hasil dicatat dalam format catatan verbatim, yang juga dikenal sebagai notulen verbatim, yang berisi catatan lengkap tentang semua pembicaraan yang terjadi selama observasi tanpa penambahan atau pengurangan apapun. Selain menggunakan catatan verbatim, observasi dan wawancara juga didokumentasikan dengan menggunakan foto, rekaman suara, dan rekaman video.

7. Teknik Penentuan Keabsahan Data

Teknik penentuan keabsahan data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan Teknik Triangulasi, teknik mengumpulkan dan menganalisis data yang diperoleh dari beberapa informan yang terkait dengan penelitian, guna mendapatkan data yang akurat. Ada tiga jenis triangulasi: triangulasi sumber, triangulasi pengumpulan data, dan triangulasi waktu. Untuk mengungkap dan menganalisis masalah yang dihadapi subjek penelitian, peneliti akan menggunakan pendekatan triangulasi sumber untuk menerapkan keabsahan data. Kemudian dilanjutkan dengan mengkaji secara langsung kondisi objektif di lapangan.

8. Teknik Analisis Data

Setelah data dan informasi yang diperlukan terkumpul, langkah berikutnya adalah melakukan analisis data dengan tujuan menggali makna yang terkandung di dalamnya. Miles dan Huberman memiliki pendapat jika analisis data pada penelitian kualitatif terdiri dari tiga alur, diantaranya:

- a) Reduksi data: proses pemilihan data yang berfokus pada penyederhanaan pengabsahan dan transformasi data "kasar" yang muncul dalam catatan tertulis lapangan. Selama pengumpulan data, terjadi tema, gugus, partisi, dan memo. Data direduksi atau diubah sampai laporan akhir dibuat.
- b) Penyajian data: sekumpulan informasi yang disusun secara sistematis yang meningkatkan kemungkinan pengambilan keputusan. Suatu metode penting untuk analisis kualitatif yang valid adalah penyajian

yang lebih baik. Berbagai jenis matriks, grafik, jaringan, dan bagan adalah penyajian yang dibahas. Semuanya dibuat untuk menggabungkan informasi yang mudah dipahami sehingga penganalisis dapat melihat apa yang sedang terjadi dan menarik kesimpulan yang benar. Mereka juga dapat memilih untuk terus melakukan analisis sesuai dengan saran yang dikias oleh penyaji sebagai sesuatu yang mungkin berguna.

- c) Pengambilan kesimpulan/verifikasi: Pola, keteraturan, penjelasan, konfigurasi yang mungkin, alur sebab-akibat, dan proposisi dicatat oleh penganalisis kualitatif untuk menentukan arti objek. Untuk memastikan validitas data, kebenarannya, kekokohnya, dan kecocokannya harus diuji.

