

KEEFEKTIFAN LAYANAN INFORMASI BERBANTUAN MEDIA FILM PENDEK DALAM MEREDUKSI GAYA HIDUP HEDONISME PADA MAHASISWA

Dwi Putri Oktaria,¹ Manah Rasmanah,² Bela Janare Putra³

Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang¹²

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga³

dwiputrioktaria72@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari riset ini adalah pertama untuk mengetahui gaya hidup hedonisme pada mahasiswa sebelum diberikan layanan informasi berbantuan media film pendek, kedua untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan layanan informasi berbantuan media film pendek dalam mereduksi gaya hidup hedonisme pada mahasiswa, dan ketiga untuk mengetahui bagaimana keefektifan layanan informasi berbantuan media film pendek dalam mereduksi gaya hidup hedonisme pada mahasiswa program studi bimbingan penyuluhan islam. Jenis Penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode eksperimental, sedangkan desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu one group pretest-posttest yang menggunakan sampel sebanyak 59 orang, dan dipilih lagi menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah 8 orang mahasiswa yang diberikan perlakuan. Teknik pengumpulan data menggunakan angket skala likert, dan dokumentasi. Sedangkan analisis data menggunakan uji wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat gaya hidup hedonisme mahasiswa sebelum diberikan perlakuan berada pada kategori tinggi dengan nilai rata-rata (M) = 80,375, dan setelah diberikan perlakuan berada pada kategori rendah dengan M = 43,625. Analisis uji Wilcoxon menghasilkan skor Z = -2,524 yang menunjukkan bahwa layanan informasi berbantuan media film pendek efektif dalam mereduksi gaya hidup hedonisme pada mahasiswa program studi Bimbingan Penyuluhan Islam UIN Raden Fatah Palembang.

Kata Kunci: Layanan Informasi, Film Pendek, Gaya Hidup Hedonisme

ABSTRACT

To find out the hedonistic lifestyle of students before being given information services assisted by short film media, secondly to find out how the implementation of information services assisted by short film media in reducing hedonistic lifestyles in students, and thirdly to find out how effective the information service assisted by short film media is in reducing the hedonistic lifestyle of students. hedonistic life among students in the Islamic counseling study program. The type of research used was quantitative with experimental methods, while the design used in this research was one group pretest-posttest using a sample of 59 people, and was selected again using a purposive sampling technique with a total of 8 students who were given treatment. Data collection techniques use Likert scale questionnaires and documentation. Meanwhile, data analysis used the Wilcoxon test. The results of the study showed that the level of students' hedonistic lifestyle before being given treatment was in the high category with an average value (M) = 80.375, and after being given treatment was in the low category with M = 43.625. Wilcoxon test analysis produced a score of Z = -2.524 which shows that information services assisted by short film media are effective in reducing hedonistic lifestyles in students of the Islamic Counseling Guidance study program at UIN Raden Fatah Palembang.

Keywords: Information Services, Short Films, Hedonism Lifestyle

PENDAHULUAN

Munculnya globalisasi telah menyebabkan modernisasi masyarakat di seluruh dunia, termasuk di Indonesia, dengan berbagai perubahan besar. Tren globalisasi mempunyai sisi baik dan buruk dalam masyarakat. Dari sisi positifnya, globalisasi dan



modernisasi telah mempercepat perkembangan teknologi informasi dan komunikasi, khususnya Internet. Internet kini menjadi pendorong utama globalisasi, dengan akses mudah ke Internet dan media sosial yang memungkinkan individu dan organisasi terhubung langsung dengan seluruh dunia, memfasilitasi pertukaran informasi, gagasan, dan budaya. Namun disisi lain dampak negatif globalisasi, terutama bagi masyarakat Indonesia adalah perubahan gaya hidup yang mulai beralih dari budaya asli ke budaya asing dan kecenderungan gaya hidup yang berlebihan (Sukoco 2020).

Seiring dengan berkembangnya teknologi dan akses informasi, gaya hidup modern semakin diterima masyarakat, terutama oleh kalangan generasi muda, sehingga gaya hidup yang dulunya terbatas pada nilai-nilai tradisional, kini banyak terpengaruh oleh budaya pop global yang lebih berorientasi pada konsumsi dan kenikmatan instan (Prayitno and Amti 2021). Namun, tidak sedikit juga dampak negatif yang ditimbulkan, terutama dalam bentuk gaya hidup yang hedonis ikut berkembang di kalangan mahasiswa. gaya hidup seseorang mencerminkan kepribadian yang menjadi ciri dari orang tersebut. Agar tidak dianggap ketinggalan zaman, generasi muda biasanya mengadopsi gaya hidup modern. namun sangat disayangkan gaya hidup modern itu diikuti oleh mahasiswa yang cenderung tergolong hedonistik. kampus yang seharusnya menjadi tempat mahasiswa mencari ilmu ini berubah menjadi tempat ajang kompetisi antar sesama mahasiswa yang mengedepankan kepuasan diri melalui pencapaian kenikmatan pribadi tanpa memperhatikan dampak sosial atau jangka panjangnya (Effendy 2021).

Gaya hidup hedonis dapat menimbulkan sikap mental yang rentan, cenderung cepat menyerah, enggan menghadapi tantangan, selalu mencari jalan pintas, dan kurang memiliki semangat untuk mencoba. Individu yang memiliki gaya hidup hedonis seringkali terjebak dalam pencarian kesenangan sesaat tanpa memperhitungkan dampaknya terhadap perkembangan diri secara jangka panjang (Meyer 2019). Gaya hidup hedonis semakin dominan di kalangan pelajar. Kehidupan kampus yang penuh tekanan, ekspektasi sosial, dan kemajuan teknologi yang mempercepat akses terhadap berbagai bentuk hiburan dan kepuasan instan, semakin mendorong mahasiswa untuk menerapkan gaya hidup hedonis. Fenomena ini tidak hanya mempengaruhi mahasiswa dalam hal pengeluaran, tetapi juga dalam pola pikir dan sikap mereka terhadap pendidikan, pekerjaan, dan hubungan sosial (Buchanan 2018).

Namun, secara keseluruhan gaya hidup hedonis ini memang berdampak serius bagi kesejahteraan dan perkembangan individu. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Zainuddin (2019), gaya hidup hedonis dapat menyebabkan kualitas akademik menurun, daya juang terhadap tantangan menurun, dan kecenderungan dalam mengabaikan nilai-nilai penting kehidupan sehari-hari seperti rasa empati dan tanggung jawab sosial (Zainuddin 2019).

Gaya hidup hedonis semakin dominan di kalangan pelajar. Kehidupan kampus yang penuh tekanan, ekspektasi sosial, dan kemajuan teknologi yang mempercepat akses terhadap berbagai bentuk hiburan dan kepuasan instan, semakin mendorong mahasiswa untuk menerapkan gaya hidup hedonis. Namun perlu diakui bahwa gaya hidup hedonis yang berlebihan dapat berdampak serius terhadap kesejahteraan dan perkembangan individu secara holistik.

Berdasarkan observasi peneliti terdapat beberapa mahasiswa yang menunjukkan perilaku ke arah hedonisme. Diantaranya menghambur-hamburkan uang untuk



kepentingan pribadi karena ingin terlihat keren di mata teman-temannya dan orang lain padahal bajunya sudah banyak dan banyak yang masih bagus. Selain itu mereka juga sering berkumpul bersama teman-temannya untuk menonton bioskop dan mencari tempat makan atau restoran yang sedang viral di kota Palembang. Adapun beberapa diantara mereka lebih mementingkan bersenang-senang dibandingkan dengan aktivitas akademik yang dapat meningkatkan kualitas diri mereka (Setiawan 2019). Dampak dari gaya hidup hedonis terhadap mahasiswa tersebut mengerucut pada tiga hal, yaitu menurunnya motivasi dan keberhasilan akademik mahasiswa, perubahan gaya hidup ke arah materialistis, dan perubahan pola pikir ke sikap pragmatis dan bersikap tidak peduli antar sesama.

Pergeseran nilai ini semakin diperburuk oleh perhatian yang tinggi terhadap gaya hidup mewah di media sosial. Media sosial ini seringkali menjadi sarana untuk menunjukkan gaya hidup yang glamor, sehingga hal ini dapat memperkuat tekanan sosial bagi individu lain untuk meniru hal serupa. Dalam hal ini, media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan saja, namun juga sebagai alat untuk membentuk persepsi sosial terkait apa yang diartikan sebagai kehidupan yang sukses dan bahagia. (Prayitno dan Amti 2021). Ketidakselarasan ini menjadi sebuah tantangan besar dalam membentuk generasi muda yang produktif, kreatif serta berintegritas. Hal tersebut menimbulkan suatu hal yang akan terus membuat mahasiswa mengejar kesenangan dan status sosialnya di media sosial tanpa mempertimbangkan hal-hal yang akan berdampak negatif bagi dirinya di kemudian hari.

Jika permasalahan ini dibiarkan, maka akan berdampak buruk bagi masa depan mahasiswa itu sendiri, baik dari segi akademik, emosional, maupun sosial. Penurunan motivasi belajar dan kualitas hubungan sosial menjadi hal yang sangat mungkin terjadi dan terus berkembang akibat gaya hidup yang hedonis (Sukoco 2020). Oleh karena itu, intervensi yang efektif diperlukan untuk membantu mahasiswa memahami dampak dari gaya hidup hedonis dan mengarahkan mereka pada gaya hidup yang lebih seimbang. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah layanan informasi berbantuan media film pendek.

Layanan informasi merupakan kegiatan yang memberikan pemahaman kepada individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang diperlukan untuk menentukan arah tujuan atau rencana yang diinginkan. Dengan menggunakan media yang mudah diakses dan dipahami oleh mahasiswa, seperti film pendek, penyampaian informasi terkait dengan pentingnya gaya hidup yang seimbang dapat dilakukan dengan cara lebih menarik dan berdampak langsung (Prayitno dan Amti, 2021). Media film merupakan media komunikasi audio-visual yang berperan menyampaikan pesan tertentu kepada orang atau kelompok lain. Karena daya tarik dan kemampuan menyampaikan pesan secara emosional, film pendek ini menjadi sarana yang efektif untuk memberikan kesadaran terhadap mahasiswa mengenai dampak dan perilaku hedonis (Effendy, 2021).

Film pendek memiliki potensi besar dalam menyampaikan pesan edukatif dan inspiratif, terutama kepada generasi muda yang terbiasa dengan format visual yang ringkas dan menarik. Melalui film, mahasiswa dapat diberikan gambaran konkret tentang dampak buruk gaya hidup hedonis, serta solusi untuk mengembangkan sikap hidup yang sederhana, bertanggung jawab, dan lebih berorientasi pada pengembangan diri (Buchanan 2018). Selain itu pendekatan ini memungkinkan mahasiswa untuk berempati dengan



karakter dalam film, yang pada waktunya akan mendorong mereka untuk melakukan perubahan perilaku.

Dengan pendekatan ini, diharapkan layanan informasi berbantuan media film pendek dapat memberikan pemahaman yang mendalam kepada mahasiswa mengenai pentingnya menghindari gaya hidup hedonis. Pesan pada film tidak hanya disampaikan untuk menyadarkan mahasiswa akan dampak negatif, tetapi juga mengajak mereka untuk memilih jalan hidup yang lebih fokus dalam pengembangan diri, keseimbangan emosional dan tanggung jawab sosial. Pada akhirnya, intervensi ini tidak hanya bertujuan untuk mereduksi perilaku hedonis, tetapi juga membentuk karakter mahasiswa yang lebih tangguh, empati, dan mampu beradaptasi dengan tantangan kehidupan modern tanpa kehilangan nilai-nilai positif.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul "Keefektifan Layanan Informasi Berbantuan Media Film Pendek dalam Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme pada Mahasiswa." Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi penting dalam memahami bagaimana media film dapat digunakan sebagai alat untuk merubah pola pikir mahasiswa, serta memberikan wawasan terkait dengan bagaimana cara yang efektif dalam mengurangi perilaku hedonis yang berlebih di kalangan mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. pendekatan ini dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengukur perubahan yang terukur dan dapat dihitung pada gaya hidup hedonisme mahasiswa setelah mendapatkan layanan berupa informasi yang berbentuk media film pendek. dengan pendekatan kuantitatif ini data yang dikumpulkan akan memungkinkan analisis statistik untuk menguji hipotesis penelitian. Menurut Sugiyono (2020), pendekatan kuantitatif ini sangatlah adalah tepat jika digunakan dalam penelitian yang bertujuan untuk mengukur variabel secara objektif, dan data yang diperoleh dapat dianalisis dengan menggunakan teknik statistik untuk mendapatkan temuan yang lebih valid dan reliabel.

Penelitian kuantitatif memungkinkan peneliti untuk menguji antara variabel independen (layanan informasi berbantuan film pendek) dengan variabel dependen (gaya hidup hedonisme mahasiswa). pengukuran ini dilakukan dengan cara yang sistematis dan terstruktur, sehingga hasil penelitian dapat dianalisis secara objektif. disisi lain, pendekatan ini juga memungkinkan peneliti untuk mengukur seberapa besar pengaruh layanan media film terhadap perubahan perilaku hedonis mahasiswa dengan cara yang dapat diulang dan diterapkan pada kelompok yang lebih besar (Creswell 2018).

Metode yang diterapkan pada penelitian ini adalah one group pretest-posttest design. metode ini dipilih karena dapat memberikan gambaran yang jelas terkait dengan perubahan yang terjadi pada sampel setelah diberikannya perlakuan berupa layanan informasi melalui media film pendek. sebelum diberikannya perlakuan, peneliti akan melakukan pretest untuk mengukur tingkat hedonisme mahasiswa. Setelah perlakuan dilakukan, atau pemberian layanan informasi berbantuan film pendek, peneliti akan melakukan posttest untuk melihat apakah perubahan telah terjadi atau tidak. dengan demikian perbandingan antara hasil pretest dan posttest dapat mengungkapkan apakah



layanan informasi film pendek ini efektif dalam mereduksi gaya hidup hedonisme mahasiswa (Arikunto 2006).

Desain Pretest-posttest yang digunakan dalam penelitian ini memungkinkan peneliti untuk melihat perubahan yang terjadi dengan tidak memakan waktu yang lama, serta mengukur sejauh mana intervensi yang diberikan oleh media film pendek yang dapat mempengaruhi perilaku ataupun sikap mahasiswa. penelitian ini mengukur perubahan gaya hidup mahasiswa dengan cara yang terstruktur dan terukur (Cook and Campbell 1979).

Penelitian ini berfokus pada mahasiswa di sebuah universitas di Palembang yang menunjukkan kecenderungan gaya hidup hedonis. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 141 mahasiswa, dan dari jumlah tersebut, 59 mahasiswa dipilih sebagai sampel menggunakan teknik purposive sampling. Teknik ini digunakan untuk memilih sampel berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Dalam hal ini, sampel yang dipilih terdiri dari mahasiswa yang teridentifikasi memiliki gaya hidup hedonis, yang tercermin dalam perilaku konsumtif, kecenderungan berfokus pada kesenangan sesaat, serta lebih memprioritaskan status sosial dibandingkan dengan pengembangan diri atau prestasi akademik (Sugiyono 2020).

Dari jumlah 59 mahasiswa yang dijadikan sampel, 8 mahasiswa menerima perlakuan khusus, sementara sisanya menjadi kelompok pembanding. Kelompok yang menerima perlakuan ini dipilih karena mereka memenuhi kriteria sebagai mahasiswa dengan gaya hidup hedonis. Tujuan dari pemilihan sampel ini adalah untuk mengevaluasi seberapa besar pengaruh layanan informasi berbantuan media film pendek terhadap perubahan perilaku mahasiswa yang terpengaruh oleh gaya hidup hedonis (Sekaran and Bougie 2016).

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah angket Likert, yang dirancang untuk mengukur sikap, perilaku, dan kecenderungan hedonisme mahasiswa. Angket ini mencakup beberapa aspek gaya hidup hedonis, seperti pengeluaran berlebihan, fokus pada kesenangan sesaat, dan pandangan materialistis terhadap kehidupan. Angket tersebut terdiri dari beberapa item yang mengukur tiga dimensi utama gaya hidup hedonis (Sugiyono 2020), yaitu:

1. **Pengeluaran berlebihan:** Mengukur sejauh mana mahasiswa cenderung menghabiskan uang untuk konsumsi yang tidak diperlukan demi mengejar kenikmatan sementara.
2. **Fokus pada kesenangan sesaat:** Mengukur seberapa besar mahasiswa mencari kenikmatan tanpa memperhitungkan dampak jangka panjang, baik dari sisi emosional maupun sosial.
3. **Pandangan materialistis:** Mengukur sejauh mana mahasiswa menganggap kebahagiaan dan kesuksesan hidup bergantung pada pencapaian materi dan status sosial (Prayitno dan Amti 2021).

Angket ini telah diuji untuk memastikan validitas dan reliabilitasnya, yang penting untuk memastikan bahwa setiap item benar-benar mengukur apa yang dimaksud dan hasil pengukuran konsisten. Uji validitas bertujuan untuk memastikan kesesuaian item angket dengan apa yang hendak diukur, sedangkan uji reliabilitas memastikan bahwa instrumen memberikan hasil yang konsisten ketika digunakan berulang kali.



Data yang diperoleh dari angket Likert akan dianalisis menggunakan teknik triangulasi data. Triangulasi data ini digunakan untuk meningkatkan validitas hasil penelitian dengan mengumpulkan informasi dari berbagai sumber yang berbeda. Dalam hal ini, selain data angket, peneliti juga akan menggunakan dokumentasi lain seperti foto atau catatan observasi untuk memberikan gambaran yang lebih jelas tentang gaya hidup hedonis mahasiswa yang sedang diteliti (Sugiyono 2020).

Untuk menguji perubahan yang terjadi antara pretest dan posttest, penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon. Uji Wilcoxon dipilih karena data yang diperoleh tidak berdistribusi normal, sehingga uji non-parametrik lebih tepat digunakan. Uji ini akan membandingkan perbedaan skor pretest dan posttest pada sampel yang sama, memungkinkan peneliti untuk mengetahui apakah ada perubahan signifikan pada tingkat hedonisme mahasiswa setelah diberikan perlakuan berupa layanan informasi berbantuan media film pendek (Siegel and Castellan 1988).

Dengan pendekatan kuantitatif yang terstruktur dan desain pretest-posttest yang valid, penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman lebih dalam mengenai pengaruh layanan informasi berbantuan media film pendek dalam mengurangi gaya hidup hedonis mahasiswa

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, teknik yang digunakan untuk mengukur uji validitas adalah dengan SPSS 26. Dilihat dari perhitungan uji validitas yang diberikan, terdapat 30 butir pernyataan yang telah dijawab dan diselesaikan oleh 59 responden. Salah satu cara untuk mengetahui butir soal tidak valid dan valid, peneliti harus mengetahui terlebih dahulu r_{tabel} nya. Dengan Rumus r_{tabel} adalah $df = N - 2$ jadi $59 - 2 = 57$ dengan signifikan 10%, sehingga $r_{tabel} = 0,216$.

Dalam mengukur reliabilitas menggunakan metode Cronbach's Alpha. Dapat dikatakan reliabel jika nilai cronbach's alpha (r_{hitung}) > nilai kritis (0,6). Dan jika nilai cronbach's alpha (r_{hitung}) < nilai kritis (0,6) maka item kuesioner dikatakan tidak reliabel. Sebagai berikut:

Tabel 1
Hasil Uji Reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.796	30

Berdasarkan tabel 1, hasil dari analisis reabilitas dengan teknik Corbach's Alpha sebesar nilai $0,796 > 0,60$ dapat dinyatakan reliabel. Dengan $r_{tabel} = 0,216$ dari hasil reabilitas $0,796$, sehingga dapat disimpulkan bila butir soal tersebut adalah reliabel ($r_{hitung} > r_{tabel}$).

Berdasarkan hasil yang peneliti peroleh dengan menghitung persentase pretest menggunakan rumus TSR, dapat disimpulkan bahwa nilai lebih dari 71 dikategorikan tinggi, nilai kurang dari atau sama dengan 50 dikategorikan rendah, dan nilai antara 50 hingga 71 dikategorikan sedang. Berdasarkan perhitungan di atas, berikut ini merupakan standar persentase yang tergolong dalam kategori tinggi, sedang, dan rendah:



Tabel 2
Gambaran Tingkat Gaya Hidup Hedonisme

No	Nilai	Range	Frekuensi	Persentase
1.	Tinggi	>71	8	14%
2.	Sedang	50-71	39	66%
3.	Rendah	≤50	12	20%
Total			59	100%

Dari penjelasan pada tabel 2, gambaran gaya hidup hedonis mahasiswa BPI berjumlah 59 responden, dengan rincian 8 mahasiswa yang masuk kategori tinggi dengan persentase 14%, 39 mahasiswa kategori sedang dengan persentase 66%, dan 12 siswa pada kategori rendah dengan persentase 20%. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki gaya hidup hedonisme tinggi lebih memiliki pola pikir yang hanya berfokus pada kepuasan jangka pendek. Namun setelah diberikannya layanan informasi berbantuan media film pendek terlihat adanya perubahan yang signifikan pada tingkat kesadaran dan perilaku mereka. Responden awal yang berada dalam kategori tinggi menunjukkan penurunan menjadi kategori rendah setelah adanya perlakuan. Jadi, terdapat 8 responden dengan gaya hidup hedonisme tinggi yang dipilih melalui kuesioner pretest akan mendapatkan perlakuan layanan informasi berbantuan media film pendek. Responden ini dipilih dengan menggunakan metode purposive sampling yaitu pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu. Berikut hasil pretest ke-8 responden:

Tabel 3
Hasil Pretest

No	Responden	Skor Pretest	Kategori
1	DR	82	Tinggi
2	SN	75	Tinggi
3	RPP	87	Tinggi
4	AN	79	Tinggi
5	NS	76	Tinggi
6	KN	84	Tinggi
7	JAM	77	Tinggi
8	SNH	83	Tinggi

Sebelum diberikan perlakuan, gaya hidup hedonisme pada mahasiswa berkategori tinggi dengan skor 87-75. Setelah diberikan perlakuan, skor menurun dan masuk ke kategori rendah dengan skor 40-46. Hal ini menunjukkan bahwa layanan informasi berbantuan media film pendek dapat memberikan perubahan signifikan, dari kategori tinggi menjadi rendah. Berikut ini adalah hasil perbedaan skor pretest dan posttest.

Tabel 4
Skor Perbedaan Hasil Pretest dan Posttest

No	Name	Pretest	Posttest
1	DR	82	43
2	SN	75	44
3	RPP	87	42
4	AN	79	40
5	NS	76	46
6	KN	84	46
7	JAM	77	45
8	SNH	83	43
	Σ	643	349
	Mean	80,375	43,625

Berdasarkan tabel 4 terlihat jelas perubahan yang dialami siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan informasi berbantuan media film pendek. Hasil pretest dan posttest menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata skor yang signifikan diantara keduanya. Setelah diberikan perlakuan gaya hidup hedonisme pada mahasiswa menurun dari skor 80.375 menjadi 43.625 dengan selisih 36.75.

Data dari tabel 4 ini mengungkapkan bahwa gaya hidup hedonisme pada responden dapat diminimalkan dengan layanan yang efektif. Metode visual penggunaan film pendek memungkinkan mahasiswa memahami secara detail dampak negatif gaya hidup tersebut, sehingga mereka lebih terdorong untuk melakukan perubahan pola hidup.

Uji Wilcoxon

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji wilcoxon dengan menggunakan SPSS versi 26. Berikut ini:

Tabel 4
Hasil Uji Wilcoxon Menggunakan SPSS v.26

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
post test - pre test	Negative Ranks	8 ^a	4.50	36.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	8		

a. post test < pre test
b. post test > pre test
c. post test = pre test

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa Negative Rasks atau selisih (-) antara Pre-test dan Post-test adalah 8 pada nilai N. Mean Ranks 4,50 dan Sum of Ranks 36.00. Nilai tersebut menunjukkan bahwa ke-8 responden mengalami penurunan dari nilai Pre-test dan Post-test. Kemudian Ties adalah kesamaan hasil nilai Pre-test dan Post-test, pada penelitian ini memperoleh nilai ties 0, sehingga dapat dikatakan tidak ada persamaan antara nilai pretest dan posttest. Agar lebih jelas peneliti melampirkan hasil uji Wilcoxon pada tabel 4 berikut :

Table 5
Hasil Test Statistick
Test Statistics^a

		post test - pre test
Z		-2.524b
Asymp. Sig. (2-tailed)		.012

Dilihat dari tabel 5, maka diketahui Asymp.sig (2-tailed) bernilai 0,012. Nilai 0,012 < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa Ha diterima dengan nilai Z = -2.524 dan Ho ditolak, yang artinya terdapat perbedaan antara hasil Pre-test dan post-test. Sehingga disimpulkan bahwa layanan informasi berbantuan media film pendek efektif dalam mereduksi gaya hidup hedonisme pada mahasiswa.



Proses layanan informasi berbantuan film pendek ini terbukti mampu memberikan dampak positif, dengan hasil uji Wilcoxon yang menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap perubahan perilaku mahasiswa. Temuan ini mendukung pentingnya pendekatan berbasis visual dalam bimbingan konseling, terutama untuk mengatasi permasalahan sosial dan perilaku mahasiswa.

Penelitian ini mengidentifikasi bahwa sebelum diberikan perlakuan (pretest), mahasiswa belum memahami cara-cara menghentikan kebiasaan menghamburkan uang dan tidak menyadari dampak gaya hidup hedonis. Namun setelah diberikan perlakuan (posttest), terlihat adanya penurunan pola hidup hedonistik pada mahasiswa. Terlihat dari hasil perhitungan sebelum diberikan perlakuan (pretest) diperoleh mean sebesar 80,375, sedangkan setelah diberikan perlakuan (posttest) hasil meannya menurun menjadi 43,625 dengan selisih rata-rata sebesar 36,75. Analisis uji Wilcoxon menghasilkan skor $Z = -2,524$. Hal ini menunjukkan bahwa layanan informasi berbantuan media film pendek efektif dalam mengurangi gaya hidup hedonis.

Salah satu alasan yang efektif pada penggunaan media film pendek dalam layanan informasi ini adalah kemampuannya untuk menumbuhkan perasaan dan membangun kesadaran yang mendalam pada diri mahasiswa. gaya hidup hedonistik seringkali dipengaruhi oleh budaya konsumtif yang mengutamakan kesenangan instan tanpa memperhatikan dampak jangka panjangnya. dalam hal ini, film pendek memberikan kesempatan untuk melihat dan merasakan langsung bagaimana dampak yang muncul dari pola hidup yang hedonis. Mahasiswa tidak hanya menerima informasi secara teori, namun juga secara emosional merasa terhubung akan karakter-karakter yang muncul dalam film pendek yang kemudian dapat mengubah pola pikir dan perilaku mereka.

Hal ini diperkuat dengan penelitian Umay Kusmini yang berjudul Penerapan Model Pembelajaran Berbasis Film Pendek Untuk Mengurangi Bullying pada Siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas Layanan Informasi Dengan Media Film Pendek Dalam Meningkatkan Pemahaman Tentang Dampak Bullying". Hasil analisis data ditemukan bahwa terdapat pengaruh hasil pretest sebelum diberikan treatment atau perlakuan sebesar 652 dan setelah diberikan treatment (posttest) sebesar 1811. Dari hasil analisis tersebut maka disimpulkan bahwa layanan informasi dengan media film pendek efektif dalam meningkatkan pemahaman tentang dampak bullying di SMAN 1 Muaro Jambi (Sitompu 2023). Hasil penelitian ini menjabarkan terkait media dapat digunakan untuk merancang pesan-pesan yang efektif untuk mempengaruhi perilaku individu dalam berbagai konteks, termasuk mengurangi tindakan bullying dan mengubah gaya hidup hedonisme.

Studi tersebut pun menunjukkan bahwa media, khususnya pada film pendek ini dapat digunakan untuk mempengaruhi perilaku mahasiswa dengan cara yang pas dan menarik. dalam konteks bimbingan konseling islam, penggunaan media visual seperti film pendek dapat menghubungkan penyampaian nilai-nilai moral dan etika dengan cara yang lebih mudah diterima oleh mahasiswa.

Proses pelaksanaan layanan informasi berbantuan media film pendek dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan. Proses ini dimulai dengan menjelaskan topik bahasan yang telah dipersiapkan, yaitu: pengertian gaya hidup hedonisme, faktor-faktor yang mempengaruhinya, dampak-dampak dari gaya hidup hedonisme, serta tujuan, pengertian, dan peran dari layanan informasi berbantuan media film pendek.



Layanan informasi merupakan penyampaian berbagai informasi yang dianggap bermanfaat bagi konseli melalui komunikasi langsung atau tidak langsung (Suherman 2017). Tujuan dari layanan ini adalah membantu konseli mendapatkan informasi terkait aspek pribadi, sosial, akademik, dan karier. Media film pendek efektif dalam menyampaikan konsep dan pesan secara visual kepada mahasiswa, memungkinkan mereka untuk memahami dampak negatif dari gaya hidup hedonisme dengan lebih baik. Dengan melibatkan emosi dan empati melalui cerita yang kuat dan karakter yang mendalam, mahasiswa dapat merasakan konsekuensi negatif dari perilaku tersebut, mendorong mereka untuk berubah.

Lebih lanjut, penelitian ini menunjukkan bahwa layanan informasi berbantuan film pendek tidak hanya meningkatkan pengetahuan mahasiswa, tetapi juga menumbuhkan kesadaran terhadap pentingnya pengelolaan keuangan yang bijak, pengendalian diri, dan pembentukan karakter yang lebih baik. Film pendek ini dapat menginspirasi mahasiswa untuk menghadapi masalah mereka sendiri terutama pada kehidupan yang berlebihan dan boros. Oleh karena itu, film pendek menjadi alat yang efektif dalam mengkomunikasikan nilai-nilai bimbingan konseling islam dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa.

Selain itu, film pendek memberikan platform bagi mahasiswa untuk mengeksplorasi perspektif yang lebih luas mengenai kehidupan dan kebahagiaan. Dalam bimbingan konseling Islam, kebahagiaan sejati tidak datang dari pemenuhan nafsu duniawi semata, melainkan dari ketenangan batin dan keseimbangan hidup yang sejalan dengan ajaran Islam. Film-film yang dipilih untuk penelitian ini mengandung pesan yang tidak hanya mengkritik gaya hidup hedonistik, tetapi juga menawarkan alternatif gaya hidup yang lebih seimbang, yang mencakup kebahagiaan spiritual, sosial, dan emosional.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa perubahan yang terjadi pada mahasiswa tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga afektif dan perilaku. Setelah diberikan perlakuan berupa layanan informasi berbantuan film pendek, banyak mahasiswa yang menunjukkan kesadaran lebih terhadap dampak dari gaya hidup hedonisme dan mulai berupaya untuk menghindari perilaku konsumtif yang berlebihan. Ini menandakan bahwa film pendek, sebagai alat komunikasi yang kuat, tidak hanya mengedukasi tetapi juga memotivasi mahasiswa untuk berubah. Hal ini konsisten dengan teori komunikasi yang menyatakan bahwa media massa memiliki potensi besar dalam membentuk opini dan perilaku individu.

Dari sudut pandang teori psikologi, pendekatan ini juga dapat dijelaskan melalui teori pembelajaran sosial Albert Bandura, yang menekankan pentingnya model dalam mempengaruhi perilaku. Dalam hal ini, karakter-karakter dalam film pendek berfungsi sebagai model yang memberikan contoh positif atau negatif bagi mahasiswa. Ketika mahasiswa melihat konsekuensi dari perilaku negatif yang ditampilkan dalam film, mereka cenderung akan menghindari perilaku serupa dalam kehidupan mereka sendiri.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah disajikan, maka dapat disimpulkan pertama bahwa gaya hidup hedonisme mahasiswa sebelum diberikan layanan informasi berbantuan media film pendek berada pada kategori sedang yaitu 66% dari 59 orang (39 orang). Sedangkan 14% berada pada kategori tinggi, dan 20% berada pada kategori rendah. Kedua, penelitian ini dilakukan sebanyak lima kali pertemuan



dengan memberikan perlakuan layanan informasi berbantuan media film pendek kepada 8 orang mahasiswa. Pada pertemuan pertama peneliti menjalin hubungan baik dan mempersiapkan anggota kelompok dalam menerima materi yang akan disampaikan. Pertemuan kedua diisi dengan pemberian pemahaman awal yang kuat mengenai bahaya gaya hidup hedonisme serta manfaat dari layanan informasi berbantuan media film pendek. Pada pertemuan ketiga, anggota kelompok menonton film pendek yang relevan, yang membantu mereka mengidentifikasi dan mengevaluasi perilaku hedonistik mereka sendiri. Pertemuan keempat memberikan langkah-langkah mengatasi gaya hidup hedonis, serta motivasi. Pada pertemuan kelima peneliti melakukan evaluasi awal terhadap perubahan pola berpikir dan sikap anggota kelompok setelah mendapat perlakuan. Pertemuan keenam dilaksanakan posttest. Ketiga, terlihat dari hasil perhitungan sebelum diberikan treatment (pretest) menunjukkan rata-rata skor sebesar 80,375, sedangkan setelah diberikan treatment (posttest) hasilnya menurun menjadi 43,625 dengan selisih rata-rata 36,75. Hal ini ditunjukkan dari hasil analisis data menggunakan uji Wilcoxon yang menunjukkan bahwa Asymp.sig (2-tailed) mempunyai nilai sebesar 0,012. Nilai $0,012 < 0,05$ yang berarti hasil menunjukkan nilai $0,012 < 0,05$. Jadi dapat disimpulkan H_0 diterima dan H_0 ditolak. Artinya layanan informasi berbantuan media film pendek efektif dalam mereduksi gaya hidup hedonisme pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Buchanan, J. (2018). Hedonism and Its Impact on Student Life: A Sociological Review. *Journal of Youth and Culture*, 12(3), 45-56.
- Cook, T. D., & Campbell, D. T. (1979). *Quasi-Experimentation: Design and Analysis Issues for Field Settings*. Boston: Houghton Mifflin.
- Creswell, J. W. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Dajaali, H. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Bumi Aksara, h. 3.
- Effendy, D. (2021). Media Film Pendek sebagai Alat Komunikasi Edukatif bagi Mahasiswa. *Jurnal Komunikasi*, 15(2), 77-84.
- Elvaretta, V., & Ahmad, A. (2021). "Perancangan Film Pendek yang Berjudul 'Ask Myself.'" *Sense: Journal of Film and Television Studies*, 4(2), 187-188. <https://journal.isi.ac.id/index.php/sense/article/view/5425>
- Erliana P and Rastika. (2018). Pengaruh Gaya Hidup Hedonisme Terhadap Kecurangan, *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling* 4, no. 6, h. 234. <https://www.jurnalp4i.com/index.php/vocational/article/download/112/104>
- Iriastuti, M. E. (2021). "Layanan Informasi Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Menghadapi Praktik Kerja Industri di Sekolah Menengah Kejuruan." *VOCATIONAL: Jurnal Inovasi Pendidikan Kejuruan*, 1(2), 8-15. <https://doi.org/10.51878/vocational.v1i2.112>
- Meyer, J. (2019). Hedonism in Higher Education: The Psychological Effects on Students. *Psychological Reports*, 104(1), 108-119.
- Muttaqin, R., Wagimin, & Tadjri, I. (2017). "Keefektifan Layanan Informasi Karier Berbantuan Video Interaktif dan Live Modeling untuk Meningkatkan Pemahaman Karier Siswa SMP." *Jurnal Uji Bimbingan Konseling*, 6(2), 174-179. <https://journal.unnes.ac.id/sju/jubk/article/view/21794>



- Prayitno, H., & Amti, E. (2021). Pengaruh Globalisasi terhadap Perubahan Gaya Hidup di Kalangan Mahasiswa. *Jurnal Sosial dan Humaniora*, 14(3), 95-102.
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2016). *Research Methods for Business: A Skill-Building Approach* (7th ed.). New York: Wiley.
- Setiawan, R. (2019). Hedonisme di Kalangan Mahasiswa: Studi Kasus di Kota Palembang. *Jurnal Pendidikan dan Sosial*, 8(2), 41-50.
- Sitompul, S. (2023). "Efektivitas Layanan Informasi Dengan Media Film Pendek Dalam Meningkatkan Pemahaman Tentang Dampak Bullying di SMAN 1 Muaro Jambi." *S1 thesis*, Universitas Jambi. <https://repository.unja.ac.id/58925/>
- Siegel, S., & Castellan, N. J. (1988). *Nonparametric Statistics for the Behavioral Sciences* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sukoco, E. (2020). Dampak Globalisasi terhadap Perubahan Gaya Hidup Masyarakat Indonesia. *Jurnal Globalisasi*, 18(1), 63-78.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Zainuddin, I. (2019). Gaya Hidup Hedonistik pada Mahasiswa dan Implikasinya Terhadap Kesejahteraan Pribadi. *Jurnal Psikologi*, 22(4), 88-96.
- Prayitno, H., & Amti, E. (2021). Strategi Mengurangi Gaya Hidup Hedonisme pada Mahasiswa melalui Media Film Pendek. *Jurnal Pendidikan*, 17(1), 50-59.

