

ABSTRAK

Cholida Maula Sasmita, 2023, *Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Gaya Hidup Hedonisme di SMAN 2 Pamekasan*, Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah IAIN Madura, Pembimbing Iswatun Hasanah, M.Psi

Kata Kunci : Konseling Kelompok, *Self Management*, Hedonisme

Penelitian ini dilatar belakangi dengan adanya siswa yang memiliki perilaku gaya hidup hedonisme yang tinggi dimana siswa tersebut memiliki gaya hidup yang suka dengan kemewahan, seperti menggunakan kendaraan mobil ke sekolah, memakai aksesoris berlebih, suka nongkrong di café, dan lain-lain. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah treatment yang diberikan oleh peneliti berupa konseling kelompok dengan teknik *self management* dapat mengurangi perilaku gaya hidup hedonisme siswa. Adapun rumusan masalah yang menjadi kajian dalam penelitian ini, bagaimana efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku gaya hidup hedonisme siswa di SMAN 2 Pamekasan.

Penelitian ini menggunakan rancangan eksperimen *one-group pretest-posttest*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala perilaku gaya hidup hedonisme siswa. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *wilcoxon signed rank*. Lokasi pada penelitian ini di SMAN 2 Pamekasan. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 300 siswa. Jumlah sampel sesuai dari hasil *post test* dan juga rekomendasi dari guru BK SMAN 2 Pamekasan yaitu siswa kelas XI IPS 1 sebanyak 9 siswa dengan kategori memiliki perilaku gaya hidup hedonisme yang menjadi jumlah sampel dalam penelitian ini. Skala yang digunakan adalah skala perilaku gaya hidup hedonisme dengan total jumlah item sebanyak 40 item.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam mengurangi perilaku gaya hidup hedonisme siswa kelas XI IPS 1 di SMAN 2 Pamekasan tahun ajaran 2021-2022. Dapat dilihat dari nilai Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0,008. Karena 0,008 lebih kecil dari $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa “ H_a diterima”. Artinya ada suatu perbedaan untuk hasil *pre-test* dan *post-test*, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa “ada pengaruh dalam konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku gaya hidup hedonisme siswa di SMAN 2 Pamekasan”. Serta diketahui ada perbedaan yang bermakna pada skor perilaku gaya hidup hedonisme yang dilihat dari nilai *pre-test* dan *post-test*. Nilai rata-rata *pre-test* sebesar 88,7 dan rata-rata nilai *post-test* sebesar 64,2.