

## Pengaruh Gaya Hidup Hedonisme Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa

Riko Putra Perdana<sup>\*1a</sup>, Dany Miftah M Nur<sup>1b</sup>

<sup>1ab</sup>Institut Agama Islam Negeri Kudus, Jl. Conge Ngembalrejo, Ngembal Rejo, Ngembalrejo, Kec. Bae, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah 59322

e-mail: <sup>a</sup>rikoputraperdanaperdana@gmail.com, <sup>b</sup>dany@iainkudus.ac.id

<sup>\*</sup>rikoputraperdanaperdana@gmail.com

---

Received: 26 Maret 2025; Revised: 14 April 2025; Accepted: 22 April 2025

---

**Abstract:** *This research aims to determine the forms of lifestyle carried out by Tadris IPS students from the Class of 2021 and 2022 IAIN Kudus, the reasons underlying these students carrying out this hedonistic lifestyle, and its influence on academic achievement. This research uses a qualitative approach. Data collection techniques include observation, interviews and documentation. Data were analyzed using thematic analysis and Jean Baudrillard's Consuming Society Theory. The results of the discussion show that the hedonistic lifestyle of Tadris IPS Class 2021 and 2022 IAIN Kudus students is very diverse, starting from buying luxury goods, hanging out in cafes and following social trends. The underlying factors are low self-control, personal expression, and the influence of the social environment. And the impact on student academic achievement is decreased academic performance and decreased course grades. On the other hand, the hedonistic lifestyle that is lived can give students a boost of enthusiasm. The results of the analysis using Jean Baudrillard's Consumption Theory show that Tadris IPS Class 2021 and 2022 IAIN Kudus students are hedonistic only to express identity and gain social recognition.*

**Keywords:** *Hedonisme, Achievement, Students.*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk-bentuk gaya hidup yang dijalankan mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 dan 2022 IAIN Kudus, alasan yang mendasari mahasiswa tersebut menjalankan gaya hidup hedonisme tersebut, dan pengaruhnya terhadap prestasi akademik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data dianalisis menggunakan analisis tematik dan Teori Masyarakat Konsumsi dari Jean Baudrillard. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa gaya hidup hedonisme mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 dan 2022 IAIN Kudus sangat beragam, mulai dari membeli barang mewah, nongkrong di kafe dan mengikuti tren sosial. Faktor yang mendasari adalah kontrol diri yang rendah, ekspresi pribadi, dan pengaruh lingkungan sosial. Dan dampaknya terhadap prestasi akademik mahasiswa mengalami penurunan kinerja akademik dan nilai matakuliah menurun. Disisi lain justru gaya hidup hedonisme yang dijalani dapat memberikan mahasiswa dorongan semangat. Hasil analisis menggunakan Teori Konsumsi Jean Baudrillard menunjukkan bahwa mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 dan 2022 IAIN Kudus hedonisme hanya untuk mengekspresikan identitas dan memperoleh pengakuan sosial.

**Kata Kunci:** Hedonisme, Prestasi, Mahasiswa

**How to Cite:** Perdana, R., P & Nur, D, N, M. (2025). Pengaruh Gaya Hedonisme Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Konseling Indonesia*, 10(2), 70-78. <https://doi.org/10.21067/jki.v10i2.11808>

---

Copyright © 2025 (Riko Putra Perdana, Dany Miftah M Nur)

### Pendahuluan

Mahasiswa Tadris IPS IAIN Kudus, khususnya angkatan 2021 dan 2022, saat ini menunjukkan kecenderungan kuat terhadap gaya hidup hedonisme yang berkembang pesat seiring arus globalisasi. Berdasarkan hasil observasi peneliti, banyak dari mereka menghabiskan waktu di kafe, mengenakan pakaian bermerek, menggunakan gadget mahal seperti iPhone, serta membelanjakan dana beasiswa seperti KIPK untuk kepentingan konsumtif seperti berlibur ke mall atau tempat wisata (Thamrin dan Saleh, 2023). Bahkan, sebagian mahasiswa rela menggunakan uang orang tua untuk membeli skincare, lalu memamerkannya di media sosial demi pengakuan dan eksistensi dalam lingkup sosial mereka. Aktivitas tersebut menunjukkan bahwa aspek penampilan telah menjadi fokus utama dalam menjalani kehidupan sehari-hari, bukan lagi sekadar kebutuhan, melainkan simbol status sosial (Raohdahtul, 2023).

Fenomena ini memperlihatkan bahwa hedonisme telah membentuk perilaku mahasiswa, terutama dalam memaknai kebahagiaan dan kepuasan hidup. Mereka mengejar kesenangan sesaat melalui aktivitas konsumtif tanpa mempertimbangkan urgensi atau prioritas akademik. Bahkan, mahasiswa yang sudah bekerja demi memenuhi tuntutan gaya hidup mewah cenderung melalaikan tanggung jawab akademiknya, seperti menunda tugas hingga menjelang deadline atau bahkan mengalami penurunan prestasi belajar (Sari et al, 2024). Di sisi lain, sebagian mahasiswa justru merasa bahwa gaya hidup tersebut dapat menjadi cara untuk meredakan stres akibat tekanan akademik, sehingga nongkrong, berbelanja, atau berlibur dijadikan sarana pelarian untuk meningkatkan semangat (Anggraini & Santhoso, 2019).

Gaya hidup hedonisme ini tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan merupakan bentuk adaptasi terhadap pengaruh globalisasi yang membawa perubahan signifikan terhadap pola pikir dan perilaku masyarakat, khususnya remaja dan mahasiswa (Inayati, 2019). Globalisasi membawa berbagai dampak, baik positif maupun negatif, yang pada akhirnya membentuk dinamika baru dalam kehidupan sosial, termasuk dalam konteks kehidupan kampus. Gaya hidup, secara umum, adalah cara individu mengekspresikan aktivitas, minat, dan pendapat yang dianggap penting dan menarik (Seftiana et al, 2023). Dalam perspektif psikografis, gaya hidup mencerminkan bagaimana seseorang menikmati uang dan waktunya, baik bersama keluarga, teman, diri sendiri, maupun untuk kepentingan sosial-keagamaan (Inayati, 2019).

Gaya hidup hedonisme menjadi persoalan ketika dijalankan oleh individu dengan kemampuan ekonomi terbatas, karena dapat menimbulkan tekanan psikologis dan berdampak negatif terhadap perkembangan akademik dan kepribadian mahasiswa (Sari et al, 2024). Dalam konteks ini, perlu ada perhatian khusus terhadap dinamika gaya hidup hedonisme di kalangan mahasiswa, karena belum banyak penelitian yang secara spesifik menelaah kaitan antara gaya hidup hedonisme dan prestasi akademik, khususnya di lingkungan mahasiswa Tadris IPS IAIN Kudus.

Penelitian ini memiliki kebaruan dalam beberapa aspek. Pertama, penelitian ini secara spesifik membahas fenomena gaya hidup hedonisme di kalangan mahasiswa Tadris IPS IAIN Kudus, baik dari angkatan 2021 dan 2022. Hal ini memberikan sudut pandang yang lebih luas dan komparatif dalam melihat pergeseran pola gaya hidup mahasiswa dari waktu ke waktu di lingkungan kampus yang sama. Kedua, penelitian ini menyoroti hubungan antara gaya hidup hedonisme dengan prestasi akademik mahasiswa, yang masih jarang dikaji secara mendalam dalam konteks lokal, khususnya di perguruan tinggi berbasis keagamaan seperti IAIN Kudus. Penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun hedonisme sering dipandang negatif, ada sebagian mahasiswa yang merasa termotivasi melalui gaya hidup tersebut, meskipun berdampak negatif terhadap pola belajar dan IPK mereka. Ketiga, pendekatan penelitian ini tidak hanya menggambarkan fenomena, tetapi juga mengaitkan faktor-faktor penyebab seperti kemauan pribadi, kondisi ekonomi, pengaruh lingkungan, dan pengawasan orang tua, yang menjadikan penelitian ini lebih komprehensif dan kontekstual dalam memahami dinamika sosial mahasiswa di era globalisasi.

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mendeskripsikan bentuk gaya hidup hedonisme pada mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 dan 2022 IAIN Kudus, (2) mendeskripsikan alasan yang mendasari mahasiswa menjalankan gaya hidup hedonisme, dan (3) menganalisis pengaruh gaya hidup hedonisme terhadap prestasi akademik mahasiswa Tadris IPS IAIN Kudus. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi dalam memahami dampak sosial-budaya globalisasi terhadap mahasiswa serta memberikan rekomendasi kepada institusi pendidikan dan orang tua dalam membentuk gaya hidup yang lebih sehat dan seimbang.

### Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk mengungkapkan dan memahami fenomena yang terjadi pada mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 dan 2022 IAIN Kudus terkait pengaruh gaya hidup hedonisme terhadap prestasi akademik. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Tadris IPS mahasiswa angkatan 2021 dan 2022 yang dijadikan target peneliti sebagai informan, dengan mempertimbangkan keberagaman gaya hidup hedonisme mereka ketika menjalankan kehidupan di kampus.

Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi. Peneliti akan melakukan observasi langsung terhadap kehidupan sehari-hari mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 dan 2022 IAIN Kudus. Observasi ini difokuskan pada kegiatan-kegiatan yang mencerminkan gaya hidup hedonisme. Wawancara mendalam akan dilakukan terhadap mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 dan 2022 untuk memperoleh informasi yang lebih detail mengenai pandangan mereka terhadap gaya hidup hedonisme yang dilihat dari segi bentuk gaya hidup hedonisme yang dijalankan, alasan mereka menjalani gaya hidup hedonisme, dan bagaimana hal tersebut mempengaruhi prestasi akademiknya. Wawancara akan dilakukan semi-struktural, dengan pertanyaan terbuka yang memungkinkan informan mengungkapkan perspektif mereka secara bebas. Wawancara dilakukan secara tatap muka maupun melalui platform online, tergantung pada kenyamanan dan ketersediaan subyek. Selain itu, peneliti juga melakukan studi kepustakaan dan analisis dokumen untuk memperoleh data pendukung.

Data yang dikumpulkan akan dianalisis menggunakan teknik analisis tematik dengan tujuan untuk mencari pola-pola atau hubungan yang muncul dari data yang ada. Selain itu, data yang dianalisis akan dikaji menggunakan Teori Masyarakat Konsumsi yang dikembangkan oleh Jean Baudrillard. Untuk memastikan keabsahan data, peneliti akan menggunakan teknik triangulasi, yaitu membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi.

### Hasil

Gaya hidup hedonisme, yang cenderung berfokus pada pencarian kesenangan pribadi, kerap menjadi pilihan bagi sebagian orang untuk menikmati hidup tanpa memikirkan akibat jangka panjang. Istilah ini seringkali dipandang sebagai pola hidup yang hanya mengutamakan kesenangan dan kemewahan. Dalam konteks kehidupan mahasiswa, gaya hidup ini banyak ditemui melalui konsumsi barang-barang mewah, frekuensi nongkrong di kafe, serta keputusan-keputusan yang lebih dipengaruhi oleh keinginan untuk merasa bahagia atau diterima oleh kelompok. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 dan 2022, terdapat berbagai perspektif mengenai bagaimana gaya hidup hedonisme diterapkan, serta dampak yang ditimbulkan terhadap kehidupan akademik mereka. Gaya hidup hedonisme yang dijalankan mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 dan 2022 dapat ditinjau dari kecenderungan minat mahasiswa terhadap suatu hal. Minat disini dapat dinyatakan terkait dengan suatu hal yang menarik dari lingkungan individu berupa fashion, makanan, dan benda-benda mewah (Rizki dan Setiowati 2016).

Dalam kehidupan sehari-hari orang akan cenderung mempersamakan kebutuhan dan keinginan. Ada orang yang mengatakan bahwa suatu kebutuhan harus segera dipenuhi, sedangkan sesuatu tersebut merupakan keinginan yang tidak bisa ditunda. Dan semua hal tersebut dilakukan hanya untuk

mencari kesenangan dan kenikmatan hidup, bahkan untuk menghilangkan dari rasa kesedihan. Seperti yang telah diungkapkan oleh Muhammad Daffa Majrizka mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2022 dalam mendefinisikan gaya hidup hedonisme. Daffa mengatakan bahwa gaya hidup hedonisme itu lebih suka mencari kesenangan saja, agar dapat menikmati kehidupan, serta terhindar dari hal kesedihan. Hal serupa yang diungkapkan oleh Aulia Niswati Mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 bahwa gaya hidup hedonisme merupakan gaya hidup yang hanya untuk mencari kesenangan saja. Aulia mengatakan:

*“Menurut pandangan saya, hedonisme adalah gaya hidup yang mengedepankan kesenangan untuk diri sendiri, kepuasan pribadi yg tidak ada habisnya, dan orang yang sudah terlanjur terbiasa hidup dengan hedonisme bisa melakukan berbagai cara untuk mencapai gaya hidup hedonisme nya itu.”* (Hasil wawancara dengan Aulia Niswati, Mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 IAIN Kudus, 18 Februari 2025, pukul 08.15).

Gaya hidup hedonisme yang menekankan pada pencarian kesenangan hidup dan kepuasan pribadi telah menjadi tujuan utama hidup bagi orang-orang yang terjerumus ke dalam kehidupan yang hedonis. Pada pandangan Aulia Niswati hedonisme sudah bukan sekedar tentang menikmati hidup, tetapi lebih pada keinginan untuk memperoleh kebahagiaan sesaat, bahkan hal tersebut dilakukan tanpa memikirkan konsekuensi.

Gaya hidup hedonisme yang dijalankan mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 dan 2022 terdapat kaitannya dengan perilaku konsumtif dan sosial. Seperti halnya yang diungkapkan oleh Choiratun Hisan mahasiswa Angkatan 2021 tentang bentuk-bentuk gaya hidup hedonisme yang dijalankan. Choiratun Hisan mengungkapkan:

*“saya lebih ke hedonisme kuliner, dimana saya ketika ada kuliner yg viral langsung membeli, sering nongkrong di kafe atau restoran mewah dan membeli makanan dan minuman hanya untuk diunggah di media sosial.”* (Hasil wawancara dengan Choiratun Hisan, Mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 IAIN Kudus, 18 Februari 2025, pukul 09.41)

Choiratun Hisan mengidentifikasi dirinya menjalani hedonisme kuliner, yaitu kebiasaan mengikuti tren kuliner, terutama yang viral, serta sering nongkrong di kafe atau restoran mewah. Kegiatan ini tidak hanya dilakukan untuk menikmati makanan atau suasana, tetapi juga untuk mengunggah pengalaman tersebut di media sosial. Hal ini menandakan bahwa bagian dari gaya hidup hedonisnya juga berkaitan dengan kebutuhan untuk mendapatkan validasi sosial melalui platform digital, di mana eksistensi dan gaya hidup mewah bisa diperlihatkan kepada orang lain. Faktor yang melatarbelakangi Choiratun Hisan menjalani gaya hidup tersebut adalah lingkungan pertemanan. Lingkungan sosial yang mendukung gaya hidup mewah atau konsumtif bisa sangat berpengaruh, karena interaksi dengan teman-teman yang memiliki pola hidup serupa dapat memperkuat dorongan untuk mengikuti tren atau melakukan kegiatan yang dianggap menyenangkan.

Gaya hidup hedonisme yang dijalani Choiratun Hisan telah berdampak cukup signifikan pada fokus dan waktu kuliah. Kegiatan nongkrong di kafe yang sering menghabiskan waktu bisa mengganggu disiplin dalam belajar dan mengerjakan tugas kuliah. Kebiasaan menunda tugas dan memilih kesenangan sesaat berpotensi membuat Choiratun Hisan begadang untuk mengejar tenggat waktu tugas, yang pada akhirnya berdampak pada kurangnya tidur. Kurang tidur ini dapat memengaruhi konsentrasi saat kuliah berlangsung dan menurunkan performa akademik secara keseluruhan. Pemilihan kegiatan sosial yang lebih menyenangkan daripada menghadiri kuliah atau belajar menyebabkan penurunan nilai mata kuliah, yang semakin memperburuk keseimbangan antara kehidupan sosial dan akademik

Gaya hidup hedonisme menurut Teori Sumartono terdapat 8 indikator perilaku konsumtif membahas tentang tindakan membeli barang dengan mengutamakan faktor keinginan dan faktor kebutuhan (Octaviani dan Kartasasmita 2018). Berdasarkan hasil wawancara dengan Laili Sofa mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2022, gaya hidup yang dijalankan adalah membeli baju karena diskon.

Hal tersebut termasuk kedalam salah satu indikator perilaku konsumtif pada Teori Sumartono yakni untuk menunjukkan kecenderungan untuk berbelanja secara impulsif, yang lebih didorong oleh keinginan untuk menikmati momen kesenangan daripada memenuhi kebutuhan nyata. Alasan yang mendasari Laili Sofa menjalankan gaya hidup tersebut adalah karena pengaruh lingkungan dan keinginan untuk memberikan *self-reward*. Lingkungan sosial yang mendukung kegiatan serupa, seperti teman-teman yang juga terbiasa menikmati kegiatan seperti nongkrong atau berburu diskon, dapat memengaruhi dan memperkuat kebiasaan ini. Selain itu, gaya hidup hedonisme juga digunakan Laili Sofa sebagai bentuk penghargaan terhadap diri sendiri setelah mencapai tujuan tertentu, seperti menyelesaikan tugas atau mengatasi tekanan yang datang dari kegiatan sehari-hari, baik itu akademik maupun pekerjaan.

Berbeda dengan beberapa informan lain, Laili Sofa merasa bahwa gaya hidup hedonisme yang dijalani tidak memengaruhi fokus dan waktu kuliahnya secara signifikan. Menurutnya, kegiatan seperti nongkrong di kafe dan mengopi bersama teman-teman tidak mengganggu kehadiran kuliah atau menyebabkan penurunan nilai. Kegiatan tersebut justru membantu untuk merefreshing otak setelah beraktivitas dengan tugas kuliah yang padat dan kesibukan kerja. Laili Sofa juga mengungkapkan bahwa nongkrong sebagai kesempatan untuk mengerjakan tugas atau berbagi informasi dengan teman-temannya, yang membantu menjaga keseimbangan antara kegiatan sosial dan akademik.

Bentuk-bentuk gaya hedonisme memang sangat beragam, tergantung pada keinginan dan kebutuhan seseorang untuk mendapatkan kesenangan atau kemewahan dalam hidupnya. Seperti gaya hidup yang dijalankan oleh Ahmad Febrizan mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 yang terdapat beberapa bentuk gaya hidup yang dijalankan. Ahmad Febrizan mengungkapkan:

*"Gaya hidup hedonisme yang pernah saya jalankan ada banyak seperti membeli skincare yang mahal sering perawatan wajah, terus gigi nya di behel, membeli baju, celana, tas, sepatu, jam tangan barang brendid yang mahal. Dan motornya harus mewah pake mobil wahh terus hp nya harus iphone terus laptopnya juga harus iphone pake asesoris di leher kayak kalung, gelang di tangan terus cincin. selanjutnya pergi ke tempat makan seperti di sturbucks, KFC, Mcd, Transmart, ADA, Ramayana, Kafe dan lain-lain."* (Hasil wawancara dengan Ahmad Febrizan Mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021, 18 Februari 2025, pukul 13.16)

Menurut Ahmad Febrizan, pemborosan adalah faktor utama yang mendorong dirinya untuk menjalani gaya hidup hedonisme dan hal tersebut termasuk dalam faktor internal (kepribadian). Keinginan untuk memuaskan diri dengan pembelian barang atau aktivitas yang tidak selalu dibutuhkan menjadi prioritas utama. Hal ini didorong oleh pencarian kebahagiaan sesaat dan rasa puas yang datang dari memenuhi keinginan pribadi. Selain itu, Ahmad Febrizan juga mengakui adanya keinginan untuk mendapatkan simpati dan perhatian dari orang lain, yang sering kali menjadi motivasi utama dalam menjalani gaya hidup konsumtif ini.

Menurutnya Ahmad Febrizan dampak gaya hidup hedonisme terhadap prestasi akademik bisa dihindari jika seseorang mampu mengontrol gaya hidup tersebut dengan disiplin dan konsistensi. Namun, gaya hidup ini bisa menjadi sekadar gaya-gayaan atau untuk menarik perhatian dan pujian dari orang lain, yang mungkin mengarah pada gangguan dalam tanggung jawab akademik jika tidak dikelola dengan baik. Jika tidak ada kontrol diri, gaya hidup hedonisme berpotensi untuk mengalihkan fokus dari tujuan utama, seperti prestasi akademik. berdasarkan hasil observasi menunjukan bahwa gaya hidup hedonis yang dijalankan mahasiswa untuk mencari kepuasan atau kesenangan hidup, ternyata dilatarbelakangi karena kontrol diri yang lemah. Seseorang yang tingkat kontrol dirinya tinggi, mereka masih bisa membatasi hal-hal yang berkaitan dengan gaya hidup hedonisme. Sedangkan mahasiswa yang tingkat kontrol dirinya rendah, mereka akan terus menjalankan gaya hidup hedonisme tanpa memikirkan batas (Azizah dan Indrawati 2015).



Faktor lain yang menyebabkan mahasiswa mengikuti gaya hidup hedonis adalah disebabkan karena ekspresi pribadi. Ekspresi pribadi ini sangat mempengaruhi mahasiswa yang tergolong sering membeli barang-barang bermerk. Hal ini dikarenakan dengan mereka membeli barang tersebut, maka mereka dapat mengekspresikan selera dan prefensinya sendiri (Lestari, Rivanka, dan Lestari, t.t.). Aulia Niswati selaku mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 dalam wawancaranya menyatakan bahwa gaya hidup hedonisme yang pernah dijalankan itu membeli barang-barang bermerk, dan merk yang dibeli sudah menjadi patokan utama dalam pemilihan barang tersebut. Kesenangan yang dirasakan Aulia Niswati berasal dari status sosial yang diberikan oleh barang bermerk, bukan karena fungsi atau manfaat praktis barang tersebut. Selain itu, Aulia Niswati juga mengakui bahwa sering pergi ke kafe, meskipun hanya untuk mengikuti tren sosial atau fenomena *"fear of missing out"* (FOMO), yang juga merupakan bagian dari gaya hidup hedonisme. Ini menunjukkan bahwa Aulia Niswati terkadang terpengaruh oleh dorongan untuk memperoleh kesenangan atau kepuasan sosial, yang tidak selalu didasarkan pada kebutuhan nyata.

Pengaruh gaya hidup hedonisme terhadap prestasi akademik Aulia Niswati tidak mempengaruhi fokus dan waktu kuliah. Menurutnya, gaya hidup tersebut tidak dijalani secara terus-menerus, sehingga tetap dapat mempertahankan keseimbangan antara kehidupan sosialnya dan kewajiban kuliah. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun gaya hidup hedonisme dapat mempengaruhi prioritas seseorang dalam hal kesenangan pribadi, Aulia Niswati mampu mengelola waktu dan fokus kuliahnya dengan baik, tanpa terpengaruh langsung oleh kegiatan hedonistik yang dilakukannya.

Muhammad Fany Cakim merupakan salah satu mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2022 yang termasuk dalam kategori mahasiswa bergaya hidup hedonisme. Dalam observasi peneliti, Muhammad Fany Cakim sering pergi ke kampus mengendarai mobil. Namun, hasil wawancara menunjukkan bahwa alasan Muhammad Fany Cakim pergi ke kampus mengendarai mobil bukanlah untuk menunjukkan status sosialnya atau pamer, justru alasan utamanya adalah praktis dan fungsional. Terutama saat musim hujan, sehingga lebih memilih menggunakan mobil agar terhindar dari hujan. Muhammad Fany Cakim menyadari bahwa perspektif mahasiswa lain bisa berbeda-beda, dan bahkan ada yang beranggapan bahwa hal tersebut dilakukan hanya untuk pamer. Gaya hidup hedonis yang dijalankan Muhammad Fany Cakim tidak sekedar mengendarai mobil ke kampus. Dalam wawancaranya juga mengungkapkan jika hobi merawat mobil atau memodifikasi mobilnya. Muhammad Fany Cakim sering menghabiskan materinya, daripada harus digunakan untuk kebutuhan kuliahnya. Seseorang yang telah terjerumus dalam gaya hidup hedonisme, apalagi yang disebabkan karena hobi atau kesukaan mereka akan mengeluarkan berapapun uang untuk memuaskan hobi yang digemari (Rama Prasetyo dan Andjarwati 2021). Selain hobi merawat atau memodifikasi mobil, Muhammad Fany Cakim juga mendapatkan pekerjaan sebagai supir. Kegiatan tersebutlah yang akhirnya menjadikannya tidak bisa membagi waktu antara fokus untuk kuliah atau pekerjaan. Karena pada dasarnya Muhammad Fany Cakim lebih memilih mendahulukan pekerjaan sopirnya daripada harus menuntut kewajibannya sebagai seorang mahasiswa.

Gaya hidup hedonisme dikalangan mahasiswa juga berpatokan pada style. Dari hasil observasi, peneliti melihat banyak mahasiswa yang sekarang saling bersaing dari segi penampilan ketika di dalam lingkup perkuliahan. Dan hal tersebut tidak memandang mahasiswa perempuan yang paling banyak menonjolkan penampilannya tetapi mahasiswa laki-laki juga ikut bersaing dari penampilan. Mereka saling memakai pakaian yang model terkini, hanya karena eksistensinya sebagai anak muda bisa dihargai meskipun hanya sebatas kepemilikan dan status semata. Gaya hidup tersebut tidak melulu untuk pengakuan status sosialnya (Khairat, Yusri, dan Yuliana 2019). Ada sebagian mahasiswa yang memang untuk meningkatkan kualitas dirinya. Seperti yang diungkapkan oleh Ahmad Zaeroni:

*"Sebenarnya bukan pamer atau gimana sih, tapi lebih kayak mempertimbangkan kualitas yang lebih oke, terus mungkin karena teman pergaulan juga"* (Hasil wawancara dengan Ahmad Zaeroni Mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2022 IAIN Kudus, 17 Februari 2025, pukul 20.54)

Menurut Ahmad Zaeroni bahwa dengan mempertimbangkan kualitas yang baik, dapat dijadikan sebagai motivasi untuk membangun nilai kualitas dan kenyamanan pribadi. Dampak gaya hidup yang ditimbulkan tidak bersifat negatif pada prestasi akademiknya. Ahmad Zaeroni justru menganggap bahwa gaya hidup tersebut dapat memberikan di dorongan semangat untuk mencapai prestasi akademik maupun non akademiknya.

### Pembahasan

Teori Jean Baudrillard terdapat beberapa konsep utama dari pemikirannya, khususnya simulacra, simulasi, dan hiperrealitas. Baudrillard menyoroti bagaimana realitas telah digantikan oleh representasi atau simbol-simbol dalam masyarakat konsumerisme modern, di mana nilai suatu objek tidak lagi ditentukan oleh fungsi atau kegunaannya, melainkan oleh nilai yaitu citra, status sosial, atau pengakuan yang melekat pada objek tersebut (Hidayati dan Ikhwan, 2019).

Konsep simulacra adalah representasi atau tanda yang meniru kenyataan, namun pada akhirnya menggantikan kenyataan itu sendiri. Dalam konteks mahasiswa bergaya hidup hedonisme ini terjadi saat mereka mengonsumsi simbol (merek, tempat, gaya hidup) untuk menunjukkan identitas tertentu, bukan karena fungsinya. Seperti yang telah diungkapkan oleh Ahmad Febrizan mahasiswa Tadris IPS angkatan 2021 dalam wawancaranya, "Gaya hidup hedonisme yang pernah saya jalankan ada banyak seperti membeli skincare yang mahal, perawatan wajah, membeli baju, celana, tas, sepatu, jam tangan barang branded yang mahal dan hp-nya harus iPhone". Analisis simulacra menunjukkan bahwa Ahmad Febrizan tidak hanya menggunakan barang-barang tersebut untuk fungsi aslinya, seperti jam tangan untuk melihat waktu, handphone untuk komunikasi, tetapi karena tanda yang melekat pada barang itu yaitu simbol kemewahan, modernitas, dan status sosial. Barang-barang ini telah menjadi simulacra, yaitu tanda-tanda yang mewakili kehidupan ideal versi masyarakat konsumtif. Simulacra mendorong mahasiswa untuk fokus pada pencitraan diri melalui konsumsi simbol (barang branded, kendaraan mewah), yang berpotensi menggeser prioritas dari akademik ke estetika atau eksistensi. Meski Ahmad Febrizan menyatakan bisa mengontrol hal tersebut, jika tidak dijaga, orientasi hidup pada simbol-simbol bisa mengurangi konsistensi belajar karena lebih banyak waktu dan energi yang dicurahkan pada hal-hal non-akademik (Angelia et al, 2022).

Konsep simulasi Jean Baudrillard adalah proses saat sesuatu yang palsu dibuat terlihat seperti nyata. Dalam kehidupan mahasiswa, ini terlihat ketika mereka menampilkan gaya hidup tertentu yang sebenarnya tidak seutuhnya mencerminkan kondisi nyata mereka. Contoh dari hasil wawancara dengan Choiratun Hisan mahasiswa Tadris IPS angkatan 2021, "Saya lebih ke hedonisme kuliner, dimana saya ketika ada kuliner yang viral langsung membeli, sering nongkrong di kafe atau restoran mewah dan membeli makanan dan minuman hanya untuk diunggah di media sosial." Analisis konsep simulasi pada hasil wawancara Choiratun Hisan bukan hanya menikmati makanan, melainkan mensimulasikan pengalaman makan tersebut sebagai sesuatu yang luar biasa dan menarik untuk ditampilkan. Orang lain yang melihat unggahannya bisa saja berpikir Choiratun menjalani kehidupan mewah dan menyenangkan setiap saat, padahal realitas sebenarnya bisa jauh berbeda. Simulasi menciptakan realitas palsu yang menyita waktu dan energi. kebiasaan Choiratun Hisan ini berdampak pada waktu tidur, penundaan tugas, dan performa akademik. Waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar digantikan dengan kegiatan yang hanya bertujuan mempertontonkan gaya hidup, bukan karena kebutuhan nyata melainkan demi eksistensi sosial digital.

Hiperrealitas terjadi ketika simulasi tersebut dianggap lebih nyata, lebih menarik, atau lebih penting daripada realitas sebenarnya. Orang mulai mempercayai gambaran palsu sebagai kenyataan yang harus ditiru atau dicapai. Berdasarkan hasil wawancara yang diungkapkan oleh Laili Shofa yakni, "Saya merasa nongkrong di kafe dan mengopi bersama teman-teman justru membantu untuk refreshing setelah tugas kuliah yang pada bahkan terkadang sambil mengerjakan tugas di sana." Dalam perspektif konsep hiperrealitas Jean Baudrillard menunjukan bahwa Laili Sofa menganggap nongkrong sebagai bentuk produktivitas akademik, bahkan ketika kegiatan tersebut lebih menekankan pada suasana, citra,

dan gaya hidup. Dalam hal tersebut lah hiperrealitas terjadi, konsep produktivitas telah digantikan oleh gambaran produktif versi media sosial yaitu belajar di kafe, sambil minum kopi dan update status. Dalam hiperrealitas, kegiatan seperti nongkrong dipersepsikan sebagai bagian dari produktivitas atau *self-care*, padahal bisa jadi lebih ke gaya hidup. Meskipun Laili merasa tidak terganggu akademiknya, hiperrealitas bisa berbahaya karena menyembunyikan penurunan fokus atau efisiensi belajar di balik justifikasi sosial (“sambil nugas” dan “buat refreshing”). Dalam jangka panjang, ini dapat mengaburkan antara prioritas akademik dan kesenangan.

Jean Baudrillard juga menjelaskan bahwa dalam masyarakat konsumsi, individu terdorong untuk terus melakukan konsumsi simbolik karena tuntutan sosial. Mahasiswa yang berada dalam lingkungan pertemanan dengan gaya hidup konsumtif akan lebih mudah terpengaruh untuk mengikuti pola konsumsi yang sama, agar tidak dianggap ketinggalan zaman. Hal ini tampak dari wawancara dengan Laili Sofa dan Ahmad Zaeroni. Mereka menunjukkan bahwa pengaruh teman dan pergaulan menjadi salah satu alasan utama mengikuti tren, seperti membeli baju diskon atau menggunakan produk bermerk. Dalam hal ini, konsumsi menjadi sarana untuk menyesuaikan diri dengan kelompok sosial, bahkan terkadang dilakukan atas dasar “*fear of missing out*” (FOMO).

Baudrillard menegaskan bahwa gaya hidup di era masyarakat konsumsi telah menjadi komoditas itu sendiri. Gaya hidup hedonisme yang dijalani mahasiswa, seperti merawat diri secara berlebihan, mengikuti tren fashion, menggunakan gadget mahal, hingga memodifikasi kendaraan, tidak lagi dimaknai sebagai kebutuhan personal, melainkan sebagai bagian dari konstruksi sosial dan ekonomi konsumsi. Contohnya pada Muhammad Fany Cakim, yang mengaku bahwa hobinya dalam merawat dan memodifikasi mobil menjadi bentuk kepuasan diri. Aktivitas ini, meskipun dianggap menyenangkan, juga dapat mengarah pada konsumsi berlebihan yang berorientasi pada citra dan kepemilikan. Bahkan, gaya hidup tersebut dapat menggeser prioritas akademik jika tidak dikelola dengan kontrol diri yang baik.

### Kesimpulan

Gaya hidup hedonisme di kalangan mahasiswa, terutama di kalangan mahasiswa Tadris IPS angkatan 2021 dan 2022, menunjukkan kecenderungan yang kuat terhadap konsumsi simbolik dan pencarian kebahagiaan sesaat. Mahasiswa yang menjalani gaya hidup ini seringkali terlibat dalam kegiatan konsumtif seperti membeli barang-barang mewah, nongkrong di kafe atau restoran, serta mengikuti tren sosial untuk memperoleh validasi atau pengakuan dari lingkungan sosial mereka. Dalam beberapa kasus, gaya hidup ini juga dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti kontrol diri yang rendah, ekspresi pribadi, dan pengaruh lingkungan sosial yang mendorong gaya hidup konsumtif. Meskipun demikian, ada juga mahasiswa yang mampu mempertahankan keseimbangan antara kehidupan sosial dan akademik, meskipun gaya hidup hedonisme tersebut terkadang tetap berdampak pada fokus akademik mereka.

Secara keseluruhan, dampak gaya hidup hedonisme terhadap prestasi akademik mahasiswa Tadris IPS Angktan 2021 dan 2022 IAIN Kudus sangat bervariasi. Beberapa mahasiswa mengalami penurunan kinerja akademik dan bahkan penurunan nilai matakuliah, hal ini karena mereka lebih mengutamakan kesenangan pribadi dan materialistis. Sementara yang lain mampu mengelola waktu dan aktivitas sosial mereka dengan baik tanpa mengorbankan prestasi akademik. Teori Baudrillard mengenai konsumsi simbolik memberikan gambaran bahwa mahasiswa Tadris IPS Angkatan 2021 dan 2022 IAIN Kudus menjalankan gaya hidup hedonisme hanya untuk mengekspresikan identitas dan memperoleh pengakuan sosial. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran mahasiswa mengenai pentingnya kontrol diri dan pengelolaan waktu agar dapat mencapai keseimbangan antara kehidupan sosial dan akademik, serta menghindari dampak negatif dari gaya hidup hedonisme.



### Referensi

- Angelia, Della, Edowardo Reyhan Rohmaddani, Fiki Fauzuna, Putri Anggraini, Titis Titis, dan Alan Sigit Fibrianto. 2022. "GAYA HIDUP KONSUMTIF SEBAGAI DAMPAK ADANYA ONLINE SHOP DI KALANGAN MAHASISWA SOSIOLOGI ANGKATAN 2021." *JURNAL PARADIGMA : Journal of Sociology Research and Education* 3 (1): 175–80. <https://doi.org/10.53682/jpjsre.v3i1.3080>.
- Anggraini, Ranti Tri, dan Fauzan Heru Santhoso. 2019. "Hubungan antara Gaya Hidup Hedonis dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja." *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)* 3 (3): 131. <https://doi.org/10.22146/gamajop.44104>.
- Azizah, Fatia Nur, dan Endang Sri Indrawati. 2015. "KONTROL DIRI DAN GAYA HIDUP HEDONIS PADA MAHASISWA FAKULTAS EKONOMIKA DAN BISNIS UNIVERSITAS DIPONEGORO" 4.
- Hidayati, Rika, dan Ikhwan Ikhwan. 2019. "Perilaku Gaya Hidup Hedonisme di Kalangan Mahasiswa Kurang Mampu Fakultas Ilmu Sosial UNP." *Culture & Society: Journal Of Anthropological Research* 1 (1): 38–45. <https://doi.org/10.24036/culture/vol1-iss1/6>.
- Khairat, Masnida, Nur Aisyiah Yusri, dan Shanty Yuliana. 2019. "HUBUNGAN GAYA HIDUP HEDONIS DENGAN PERILAKU KONSUMTIF PADA MAHASISWI." *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam* 9 (2): 130–39. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v9i2.861>.
- Lestari, Asri, Weny Rivanka, dan Dini Lestari. t.t. "GAYA HIDUP HEDONIS DALAM PERILAKU KONSUMTIF MAHASISWA ANGKATAN 2021 PRODI ADMINISTRASI BISNIS UNIVERSITA SUMATERA UTARA."
- Nur Inayati. 2019. "DAMPAK GLOBALISASI TERHADAP PERUBAHAN GAYA HIDUP PADA MASYARAKAT KAMPUNG KOMBOI DISTRIK WARSA KABUPATEN BIAK NUMFOR." *Gema Kampus IISIP YAPIS Biak* 14 (2): 32–40. <https://doi.org/10.52049/gemakampus.v14i2.86>.
- Octaviani, Cecilia, dan Sandi Kartasasmita. 2018. "PENGARUH KONSEP DIRI TERHADAP PERILAKU KONSUMTIF PEMBELIAN PRODUK KOSMETIK PADA WANITA DEWASA AWAL." *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* 1 (2): 126. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.948>.
- Rama Prasetyo, Aji, dan Anik Lestari Andjarwati. 2021. "Analisis Gaya Hidup Hedonis, Harga, dan Kualitas Produk serta Pengaruhnya terhadap Keputusan Pembelian Sepeda di Era Pandemi Covid-19." *Jurnal Ilmu Manajemen* 9 (3): 990–1001. <https://doi.org/10.26740/jim.v9n3.p990-1001>.
- Rizki, Mita Meylina, dan Erni Agustina Setiowati. 2016. "Hubungan Antara Psychological Meaning of Money dan Konsep Diri dengan Gaya Hidup Hedonis pada Karyawan Pt 'X' Bersuku Jawa Proyeksi, Vol.11 (1) 2016,1 - 14."
- Sari, Ariella Candraningtyas, Elia Firda Mufidah, Dian Safitri, Nabilla Putri, dan Sofiea Cameilya Putri. 2024. "STUDI KASUS TINGKAT GAYA HIDUP HEDONISME DI KALANGAN MAHASISWA."
- Seftiana, Afil Fres, Adesta Syafitri, Eliyati Eliyati, Lisa Septia Ningsih, dan Ines Tasya Jadidah. 2023. "ANALISIS GAYA HIDUP HEDONISME DI ERA GLOBALISASI MAHASISWA UIN RADEN FATAH PALEMBANG." *Jurnal Multidisipliner Kapalamada* 2 (04): 226–34. <https://doi.org/10.62668/kapalamada.v2i04.839>.
- Thamrin, Hasnidar, dan Adnan Achiruddin Saleh. t.t. "Hubungan Antara Gaya Hidup Hedonis dengan Perilaku Konsumtif pada Mahasiswa" 11.