

PENERAPAN TEKNIK *SELF-CONTROL* UNTUK MENGURANGI PERILAKU KONSUMTIF PADA MAHASISWA PENERIMA KIP UNIVERSITAS PGRI BANYUWANGI

Adi Santoso^{1a}, Heriberthus Wicaksono^{2b}, Ratna Wulandari^{3c}

¹²³Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Banyuwangi

21adisantoso@gmail.com

(*) Corresponding Author
085806617365

ARTICLE HISTORY

Received : 05-07-2023

Revised : 18-08-2023

Accepted : 28-09-2023

KEYWORDS

Keywords: *Counseling Guidance, Self-Control Technique, Consumptive Behavior*

ABSTRACT

The study was conducted to determine the effectiveness of group guidance with Self-Control techniques to reduce consumptive behavior in KIP recipient students. This research uses quasi-experiment with one group pretest and posttest design. The research sample was selected using nonprobability sampling design technique using purposive sampling. The sample selection obtained 5 students from a total of 30 students who were categorized as high consumptive behavior questionnaire scores. The data collection technique used is a consumptive behavior questionnaire. Researchers used data analysis techniques with the Statistical Program For Social Sciences (SPSS) 2.5 for windows 11 test, obtained a t value of 34.785, which means that there has been a decrease in students' insecure feelings. With $df = n-1$ obtained $df = 4$ at a significant level of 5% then obtained $t_{table} 2.132$, meaning $t_{count} > t_{table}$ ($34.785 > 2.132$). Thus it can be concluded that H_a which reads "Group guidance with Self-Control techniques has an effect in reducing consumptive behavior in students receiving KIP PGRI Banyuwangi University." **accepted**. The results showed that group guidance with Self-Control techniques proved effective in reducing consumptive behavior in students receiving KIP at PGRI Banyuwangi University.

This is an open access article under the CC-BY-SA license.



INTRODUCTIONS

Konsumsi mempunyai dampak besar terhadap stabilitas perekonomian. Semakin tinggi tingkat konsumsi maka semakin besar pula perubahan kegiatan perekonomian. Kebutuhan dasar atau mendasar adalah kebutuhan yang sangat penting bagi kelangsungan hidup manusia, seperti kebutuhan pribadi, konsumsi, dan kebutuhan akan pelayanan sosial tertentu (Waryanti, 2018). Sampai batas tertentu, seseorang terus meningkatkan tingkat konsumsinya sebanding dengan tingkat kenaikan pendapatan yang diterimanya. Karena konsumsi berbanding lurus dengan pendapatan, maka pendapatan pribadi merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi kegiatan konsumsi. Semakin tinggi

pendapatan seseorang maka semakin tinggi pula pengeluaran yang digunakan untuk konsumsi. Perilaku konsumen adalah konsumsi barang-barang yang sebenarnya langka atau tidak diperlukan (Waryanti, 2018). Berdasarkan fenomena yang ditemukan oleh peneliti pada saat melakukan *pra-riset*, peneliti menemukan bahwasanya beberapa mahasiswa penerima KIP Universitas PGRI Banyuwangi memiliki perilaku konsumtif, perilaku konsumtif dibagi menjadi dua menurut (Mizan, 2020) ada yang negatif dan juga positif, fokus dari penelitian ini adalah mahasiswa penerima KIP yang memiliki perilaku konsumtif yang negatif seperti boros, tidak memiliki kesempatan menabung dan tidak memikirkan kebutuhan.

Menurut Piliang melengkapi dengan menjelaskan bahwa perilaku konsumtif ditandai dengan adanya kehidupan mewah dan berlebihan, penggunaan segala hal yang dianggap mahal dan memberikan kepuasan serta kenyamanan fisik sebesar-besarnya (Auskarni, 2021). Hal ini juga didukung dengan gaya hidup belanja yang proses perubahan dan perkembangannya didorong oleh keinginan daripada kebutuhan. Keinginan ini membuat seseorang merasa tingkat kepuasan dan kesenangannya meningkat.

Berdasarkan Kemendikbud Tahun 2023, Tujuan sebenarnya dari KIP Kuliah itu sendiri adalah bantuan pendidikan dari pemerintah yang berupa biaya hidup dan juga biaya pendidikan kuliah. Mahasiswa diberikan biaya hidup berdasarkan wilayahnya. Akan tetapi, sangat bertentangan dengan tujuan pemerintah memberikan beasiswa KIP kepada mahasiswa yang mana bertujuan untuk membantu biaya perkuliahan mahasiswa. Sedangkan mahasiswa itu sendiri tidak sadar akan dirinya karena mereka tidak bisa melihat keadaan ekonomi orang tuanya yang memiliki keterbatasan ekonomi.

Mereka tetap saja menggunakan uang KIP untuk membeli barang-barang yang bermerek dan sedang *trend* masa kini. Sehingga itu tidak sesuai dengan harapan pemerintah kepada mahasiswa. Dimana pemerintah memberikan uang KIP kepada mahasiswa yang tidak mampu untuk kebutuhan perkuliahan. Oleh karena itu, dari bantuan yang diberikan oleh pemerintah tersebut mahasiswa penerima beasiswa KIP harus dapat mengelola keuangan yang mereka terima dengan cara mengontrol diri dari godaan disekitar. Karena pada kenyataannya mahasiswa penerima beasiswa KIP sangat cepat sekali menghabiskan uang dari perolehan beasiswa yang diterima.

Menurut Berk, *self-control* adalah kemampuan individu untuk mencegah atau mencegah munculnya suatu dorongan berupa perilaku yang melanggar atau bertentangan dengan standar moral (Suwari & Sahrul, 2021). Tripambudi dan Indrawati mengungkapkan dalam penelitiannya bahwa kontrol diri merupakan hal yang penting dalam diri individu, yang mana hal ini terkait dalam kemampuan menahan godaan dan nafsu sehingga dapat membantu individu tersebut dalam menjalankan tindakan yang bermoral sesuai dengan lingkungan sosial (Adiputra, 2021).

Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self-control* bertujuan untuk membantu mahasiswa supaya dapat mengurangi perilaku konsumtif yang di alami mahasiswa penerima KIP. Serta membuat mahasiswa penerima KIP mampu mengontrol diri sendiri dan mampu membedakan apa yang menjadi keinginan dan apa yang menjadi kebutuhan. Menurut penelitian Purnama, 2022 *self-control* mampu membuat diri individu mengalami pengendalian diri dari perilaku konsumtif. Penelitian ini mengambil lokasi di kawasan Universitas PGRI Banyuwangi, dengan adanya teknik *Self-Control* yang dilakukan diharap mampu mengurangi perilaku konsumtif. Penelitian ini penting untuk dikaji karena tidak hanya menjelaskan masalah penelitian, namun menutupi kekurangan studi terdahulu dan juga memberikan informasi bahwa perilaku konsumtif bisa ditekan ataupun dikurangi.

Sehingga nantinya diharap mahasiswa tersebut mampu mengelola dan mengatur dirinya sendiri. Dari latar belakang yang telah diuraikan diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“PENERAPAN TEKNIK SELF-CONTROL UNTUK MENGURANGI PERILAKU KONSUMTIF PADA MAHASISWA PENERIMA KIP UNIVERSITAS PGRI BANYUWANGI”**.

RESEARCH METHODS

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yakni suatu pendekatan berupa data yang diperoleh berbentuk angka atau bilangan. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Sugiyono, pendekatan kuantitatif merupakan suatu pendekatan dengan perolehan datanya berupa angka-angka dan menggunakan statistik. (Sugiono, 2019). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *pra-eksperimen*. Digunakan pendekatan *pra-eksperimen* karena dalam penelitian ini, mengalami berbagai hambatan dalam proses penelitian, seperti kesulitan menentukan subyek yang mempunyai permasalahan sama yakni *insecure* tinggi, sedikitnya populasi subyek, dan sulitnya

menentukan kelompok pembanding dalam proses penelitian, sehingga penelitian ini menggunakan desain *pra-eksperimen* dengan penggunaan desain perlakuan ulang (*one group pretest and posttest design*).

RESULTS AND DISCUSSION

Penelitian dilakukan di Universitas PGRI Banyuwangi, adapun pelaksanaan penelitian dilakukan dengan memberikan *pre-test* berupa instrumen angket kemudian dilanjutkan dengan memberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Control* terhadap mahasiswa yang dijadikan sampel penelitian sebanyak delapan kali melakukan treatment. Adapun rincian secara umum treatment bimbingan kelompok yang peneliti lakukan adalah dengan melakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Control* kepada seluruh sampel penelitian berdasarkan hasil skor *pre-test* mahasiswa yang memperoleh skor tinggi.

Tujuan dilakukan bimbingan kelompok kepada mahasiswa yang menjadi sampel penelitian adalah untuk memberikan informasi kepada anggota kelompok untuk membantu mereka membuat keputusan yang tepat dan mengambil keputusan yang tepat. Dengan bimbingan kelompok ini membuat anggota kelompok atau subjek penelitian mampu mengendalikan diri sendiri dan memahami mana yang menjadi kebutuhan dan juga keinginan.

Pre-test diberikan kepada seluruh mahasiswa penerima KIP Universitas PGRI Banyuwangi berjumlah 30 mahasiswa yang dilaksanakan pada tanggal 24 Mei 2024 berupa instrumen angket skala perilaku konsumtif. Tingkat perilaku konsumtif mahasiswa dalam penelitian ini dikelompokkan dalam tiga kategori, yaitu; Kategori tinggi, sedang dan rendah berdasarkan skor yang diperoleh oleh masing-masing mahasiswa pada saat *pre-test* (sebelum pemberian perlakuan atau *treatment*). Hasil yang didapat adalah adanya penurunan skor dari *pre-test* ke *post-test*. Hal ini merupakan indikasi bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Control* dapat mengurangi perilaku konsumtif mahasiswa penerima KIP Universitas PGRI Banyuwangi.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan *correlated data paired sampel t-test* dimaksudkan untuk mengetahui efektifitas atau pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel terikat dilihat dari perbedaan *pre-test* dengan *post-test*. Untuk mempermudah dalam perhitungan, dibantu dengan Program IBM SPSS (*Statistical Package for Social Sentense*) versi 25.0. Berdasarkan hasil uji *Paired Samples Test* diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 34.785 berarti telah terjadi penurunan perasaan *insecure* siswa. Dengan $df = n - 1$ diperoleh $df = 4$ pada taraf signifikansi 5% maka didapatkan t_{tabel} 2.132, berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$ pada $\alpha < 0.05$ ($34.785 > 2.132$) sehingga H_0 berbunyi "Bimbingan kelompok dengan teknik *self-control* tidak berpengaruh dalam mengurangi perilaku konsumtif pada mahasiswa penerima KIP Universitas PGRI Banyuwangi." **ditolak**. Dengan demikian bisa disimpulkan bahwa H_a berbunyi "Bimbingan kelompok dengan teknik *self-control* berpengaruh dalam meengurangi perilaku konsumtif pada mahasiswa penerima KIP Universitas PGRI Banyuwangi." **diterima**.

Menurut Hadi (2009: 149), jika nilai signifikansi $< \alpha = 0,05$, maka H_0 ditolak yang berarti $0,000 < 0,05$. Berdasarkan *output* hasil uji t pada tabel 4.12 diatas, diperoleh nilai $sig = 0,000$ yang berarti lebih kecil dari $\alpha = 0.05$. Dengan demikian H_0 yang berbunyi "Konseling kelompok pendekatan *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* dengan teknik *Self-instruction* tidak berpengaruh dalam mengurangi perasaan *insecure* siswa kelas VIII A di MTs Nurul Iman Sukojati Banyuwangi." **Ditolak**. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_a berbunyi "Konseling kelompok pendekatan *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* dengan teknik *Self-instruction* berpengaruh dalam mengurangi perasaan *insecure* siswa kelas VIII A di MTs Nurul Iman Sukojati Banyuwangi." **diterima**.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif pada tabel 4.10 diatas, diperoleh nilai rata *pretest* = 74,40 dan *posttest* = 63,40, ini dapat disimpulkan terjadi penurunan nilai perilaku konsumtif mahasiswa penerima KIP yang awalnya tinggi dan berubah menurun setelah diberikan *treatment* bimbingan kelompok dengan teknik *self-control*. Oleh karena itu, bisa disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *self-control* efektif untuk mengurangi perilaku konsumtif pada mahasiswa penerima KIP Universitas PGRI Banyuwangi.

CONCLUSION

Berdasarkan deskripsi dan juga pembahasan data penelitian terkait Penerapan Teknik *Self-Control* Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa Penerima KIP Universitas PGRI Banyuwangi, dapat dinyatakan bahwa sebelum dilakukan perlakuan memiliki kategori tinggi, sedangkan setelah dilakukan perlakuan dengan teknik *self-control* menjadi kategori sedang. Hal tersebut diperkuat dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan juga nilai t_{hitung} $34,785 > t_{tabel}$ 2,132. Dengan sumbangsih teknik *self-control* sebesar 57,3 % untuk mengurangi perilaku konsumtif

pada mahasiswa Universitas PGRI Banyuwangi. Artinya penerapan teknik *self-control* dapat mengurangi perilaku konsumtif pada mahasiswa penerima KIP Universitas PGRI Banyuwangi.

REFERENCES

- Adiputra, i. m. p. (2021). penggunaan *e-money* terhadap perilaku konsumtif. 32, 1–19. <https://doi.org/10.24034/j25485024.y2021.v5.i1.4669>
- Aksami, n. m. d., & jember, i. m. (2019). analisis minat penggunaan layanan *e-money* fakultas ekonomi dan bisnis universitas udayana (unud), bali , indonesia berdasarkan undang-undang nomor 3 tahun 2004 tentang bank indonesia , salah satu wewenang bank indonesia dalam rangka mengatur dan menjaga. 2439–2470.
- Andiani, j. d. (2020). konsumtif produk korea pada komunitas kloss community di surabaya skripsi diajukan kepada universitas islam negeri sunan ampel surabaya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program strata satu (s1).
- Anggraini, i. (2019). konsumtif *online shopping* pada wanita usia.
- Astria, s. (2018). bab 2 perilaku konsumtif. 8–21.
- Auskarni. (2021). pengaruh gaya hidup dan konsep diri terhadap perilaku konsumtif pada mahasiswa fakultas ekonomi universitas negeri makassar auskarni. 1–7.
- Dwi marsela, r., & Supriatna, m. (2019). kontrol diri : definisi dan faktor. *journal of innovative counseling : theory, practice & research*, 3(2), 65–69. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Empati, j., ulayya, s., & mujiasih, e. (2020). hubungan antara self control dengan perilaku konsumtif pengguna *e-money* pada mahasiswa. 9(888), 271–279.
- Fajar, r. m., & Rahmatina. (2021). pengaruh model pembelajaran *kooperatif tipe numbered head together* (nht) terhadap hasil belajar tematik terpadu peserta didik di kelas 5 sdn 02 percontohan kota bukitinggi. *journal of basic education studies*, 4(2), 63–79. <https://www.ejurnalunsam.id/index.php/jbes/article/view/4563>
- Husna, r. (2023). penerapan teknik *self control* untuk mengurangi kebiasaan bermain game online pada siswa SMKN 1 calang (vol. 4, issue 1).
- Kumala sari, d. n. (2018). bab iii metode penelitian a. jenis dan pendekatan penelitian jenis penelitian ini adalah. 109–110.
- Layaman, Khairunnisa, h., & Rohayati, r. (2022). pengaruh *e-money* terhadap perilaku konsumtif dengan kontrol diri sebagai variabel intervening. 1(2), 61–73.
- Nikmah. (2022). pengaruh *self control* terhadap perilaku konsumtif belanja *online* pada mahasiswa bimbingan dan konseling islam (bki) iain palopo konsumtif belanja online pada mahasiswa bimbingan dan konseling islam (bki) iain palopo.
- Noviana, t. (2023). pengaruh *self control* dan literasi keuangan terhadap perilaku konsumtif mahasiswa penerima beasiswa kip pips angkatan 2020-2021 fkip universitas jambi. 1–19.
- Oktarina, h., & Iskandar, a. a. (2023). pengaruh penggunaan *e-money* terhadap perilaku konsumtif. 14(01), 75–78.
- Pratama, r. b. (2019). metodologi penelitian. *angewandte chemie international edition*, 6(11), 951–952., 28–55.
- Suharni. (2018). uang elektronik (*e-money*) ditinjau dari perspektif hukum dan perubahan sosial oleh : 15(1), 15–43.
- Syahputri, a. z., Fallenia, f. della, & Syafitri, r. (2023). kerangka berfikir penelitian kuantitatif.
- Waryanti, t. (2018). perilaku konsumtif mahasiswa yang memiliki usaha dan tidak memiliki usaha (studi kasus mahasiswa jurusan ekonomi syariah angkatan 2016 iain metro). *iain metro lampung*, 1–90. <https://repository.metrouniv.ac.id/id/eprint/288%0a>