

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK TERHADAP PERILAKU
KONSUMTIF YANG MENGALAMI *NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA
BIMBINGAN DAN KONSELING FKIP UNIVERSITAS BENGKULU**

Ozzy Rahma Fitri, Arsyadani Mishbahuddin

Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bengkulu

Ozzyrahma.fitri@gmail.com, arsyadani@unib.ac.id

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pengaruh layanan konseling kelompok terhadap perilaku konsumtif yang mengalami *nomophobia* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Bengkulu. Metode dalam penelitian ini adalah metode eksperimen *the one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester 4B Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Bengkulu yang berjumlah 32 mahasiswa. Sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Jumlah sampel adalah 7 mahasiswa. Data hasil penelitian ini dianalisis menggunakan *uji t*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku konsumtif menurun setelah diberikan layanan konseling kelompok, hal ini ditunjukkan dengan nilai $t = 8.851$ dengan taraf signifikansi (*2-tailed*) sebesar .000 yang berarti $0.000 < 0.05$. Temuan ini menunjukkan bahwa ada pengaruh layanan konseling kelompok untuk menurunkan perilaku konsumtif mahasiswa yang mengalami *nomophobia* semester 4B Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Bengkulu.

Kata kunci : konseling kelompok, perilaku konsumtif, *nomophobia*

**THE INFLUENCE OF GROUP COUNSELING SERVICES ON CONSUMPTIVE
BEHAVIORS THAT EXPERIENCES *NOMOPHOBIA* IN GUIDANCE AND
COUNSELING STUDENTS FKIP BENGKULU UNIVERSITY**

ABSTRACT

The purpose of this study was to describe the influence of group counseling services on consumptive behavior that experienced *nomophobia* in Guidance and Counseling students at the University of Bengkulu FKIP. The method in this study is the experimental method of the one group pretest-posttest. The population in this study were 4B semester students of Guidance and Counseling at the University of Bengkulu FKIP, totaling 32 students. The sample uses a purposive side technique. The number of samples is 7 students. Data from the results of this study were analyzed using the t test. The results showed that consumptive behavior decreased after being given group counseling services, this was indicated by grade $t = 8.851$ with a significance level (*2-tailed*) of .000 which means $0.000 < 0.05$. These findings indicate that there is an influence of group counseling services to reduce the consumptive behavior of students who experience *nomophobia* in semester 4B of Guidance and Counseling at FKIP Bengkulu University.

Keywords : group counseling, consumptive behavior, *nomophobia*

Pendahuluan

Infrastruktur internet yang semakin berkembang dengan cepat menjadikan era informasi semakin terbuka dengan *smartphone*, kini setiap orang memiliki akses ke seluruh dunia dengan internet, menjadikan informasi cepat tersebar (Sudarji, 2017:51). Menurut Widyastuti dan Muyana (2018: 3), *No Mobile Phone Phobia* atau biasa dikenal dengan singkatan “*nomophobia*” tidak bisa jauh-jauh dari *smartphone* merupakan suatu ketergantungan dengan yang dialami seorang individu terhadap *smartphone*, sehingga bisa mendatangkan kekhawatiran yang berlebihan jika *smartphone* nya tidak ada di dekatnya. Menurut Pradana, Muqtadiroh dan Nisafani (dalam Hafni, 2016: 6), *nomophobia* memiliki ciri-ciri yaitu, merasa cemas ketika *smartphone* tidak berada didekatnya, selalu membawa *charger*, mengeluarkan biaya yang besar (konsumtif) untuk *smartphone*, lebih nyaman berkomunikasi melalui *smartphone*.

Berdasarkan penjelasan salah satu ciri-ciri anak *nomophobia* yaitu memiliki perilaku konsumtif. Menurut Chita, David dan Pali (2015: 298), perilaku konsumtif merupakan kecenderungan manusia untuk melakukan konsumsi tiada batas, membeli sesuatu yang berlebihan atau tidak berdasarkan pada kebutuhan, tetapi didorong oleh hasrat dan keinginan. Sumartono (2002: 177) menyatakan bahwa perilaku konsumtif adalah suatu perilaku yang tidak lagi didasarkan pada pertimbangan rasional melainkan karena adanya keinginan yang sudah mencapai taraf tidak rasional lagi. Ririn dan Sulis (2014: 36), mengatakan bahwa perilaku konsumtif adalah tindakan membeli barang-barang yang kurang atau tidak diperhitungkan sehingga sifatnya menjadi berlebihan.

Prayitno (2004: 3) mendefinisikan layanan konseling kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya dan bersosialisasi dan berkomunikasi.

Berdasarkan hasil wawancara dan pra-penelitian yang telah dilaksanakan didapat hasil bahwa mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu memiliki ketergantungan yang kuat terhadap *smartphone* yang membuat mahasiswa menjadi konsumtif khususnya konsumtif terhadap hal-hal yang berhubungan dengan *smartphone*. Melihat beberapa uraian masalah maka peneliti merasa perlu dilakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Konsumtif Yang Mengalami *Nomophobia* Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Bengkulu ”.

Metode Penelitian

Desain penelitian merupakan rancangan bagaimana penelitian ini akan dilaksanakan. Penelitian ini menggunakan desain satu kelompok *pretest-posttest* (*The One Group Pretest-Posttest*). Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah 32 orang mahasiswa semester 4B di Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah 7 orang mahasiswa yang mengalami *nomophobia* diperoleh dari hasil pengisian angket perilaku konsumtif.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive random sampling* yaitu penentuan sampel dengan pertimbangan-pertimbangan, dengan cara peneliti memilih subjek sebagai sampel yang benar-benar memenuhi kriteria yang sesuai dengan topik penelitian.

Sampel dalam penelitian ini adalah 7 orang mahasiswa semester 4B di Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu yang mengalami *nomophobia* diperoleh dari hasil pengisian angket perilaku konsumtif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan kuesioner (angket). Angket ini digunakan untuk melihat gambaran perilaku konsumtif pada mahasiswa semester 4B di Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu.

Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan validitas isi. validitas isi dimaksudkan bahwa isi atau bahan yang diuji atau dites relevan dengan kemampuan, pengetahuan, pelajaran, pengalaman atau latar belakang.

Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Hasil penelitian yang reliabel, bila terdapat kesamaan data dalam waktu yang berbeda, kalau dalam objek kemarin berwarna merah, maka sekarang dan besok hasilnya tetap berwarna merah (Sugiyono, 2015: 172-173).

Analisis data untuk uji hipotesis ini menggunakan program komputer *Statistical Packages for Social Science* (SPSS) Cara yang digunakan adalah dengan *Analisis Paired-sample T-Test*. Karena sampel penelitian kurang dari 30, maka menggunakan *Analisis Paired-sample T-Test* (Bungin, 2005: 199).

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan penelitian dilaksanakan pada tanggal 17 Mei 2019 sampai dengan tanggal 17 Juni 2019 bertempat di Universitas Bengkulu. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester 4B program studi Bimbingan dan Konseling yang berjumlah 7 orang

mahasiswa dari 32 mahasiswa. Pada pelaksanaannya, sebelum diberikan *treatment*, mahasiswa diberikan *pre-test* berupa kuesioner tingkat perilaku konsumtif yang mengalami *nomophobia*. Kuesioner ini diberikan untuk melihat tingkat perilaku konsumtif. Setelah diketahui hasil dari *pre-test* maka terpilih 7 orang mahasiswa dengan skor tingkat perilaku konsumtif tinggi yang kemudian akan diberikan *treatment* sebanyak 7 kali.

Tabel 1
Penentuan katagori

Skor	Katagori
≥ 131	Sangat Tinggi
106-130	Tinggi
82-105	Sedang
56-80	Rendah
≤ 55	Sangat Rendah

Perilaku konsumtif mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu sebelum diberikan *treatment* atau layanan konseling kelompok, distribusi frekuensi *pre-test* mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2
Frekuensi *pre-test* perilaku konsumtif yang mengalami *nomophobia*

Interval	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi ≥ 131	0	0
Tinggi 106-130	5	71.42%
Sedang 81-105	2	28.57%
Rendah 56-80	0	0
Sangat Rendah ≤ 55	0	0
Total	7	100%

Hasil pengambilan data awal (*pre-test*) sesuai dengan tabel 2, diperoleh mahasiswa yang dikategorikan memiliki perilaku konsumtif yang mengalami *nomophobia* tinggi 5 orang, dan 2 orang mahasiswa memiliki perilaku konsumtif yang mengalami *nomophobia* sedang, dan tidak ada mahasiswa yang memiliki perilaku konsumtif yang mengalami

nomophobia sangat rendah, distribusi frekuensi *post-test* mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3
Frekuensi *post-test* tingkat perilaku konsumtif

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	0	0
Tinggi	0	0
Sedang	2	28.57%
Rendah	5	71.42%
Sangat Rendah	0	0
Total	7	100%

Hasil *post-test* pada tabel 3, sudah tidak ada lagi mahasiswa yang memiliki perilaku konsumtif yang masuk dalam kategori sangat tinggi dan tinggi. Dari 7 orang mahasiswa yang telah diberikan *treatment* atau layanan konseling kelompok diketahui bahwa 2 orang mahasiswa memiliki tingkat perilaku konsumtif yang sedang, dan 5 orang mahasiswa memiliki tingkat konsumtif yang rendah. Adapun perbandingan skor dan *mean* 7 orang mahasiswa yang memiliki skor tertinggi saat *pre-test* dan *post-test* setelah diberikan *treatment* pada tabel 4.

Tabel 4
Perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* perilaku konsumtif

NO	RESP	HASIL				
		PRE-TEST	KATEGORI	POST-TEST	KATEGORI	PENURUNAN
1	AL	86	SEDANG	61	RENDAH	25
2	MA	108	TINGGI	84	SEDANG	24
3	SI	83	SEDANG	58	RENDAH	25
4	RI	110	TINGGI	72	RENDAH	38
5	AN	115	TINGGI	74	RENDAH	41
6	NO	112	TINGGI	63	RENDAH	49
7	MU	119	TINGGI	91	SEDANG	28
TOTAL		733		503		230
MAX			119			93
MIN			83			58
MEAN			104.71			104.71
SD			14.27			12.29

Tabel 4 menunjukkan perbedaan skor dan *mean pre-test* dan *post-test* tingkat perilaku konsumtif, yang diketahui pada skor *pre-test* sebanyak 5 mahasiswa (MA, RI, AN, NO, MU) memiliki tingkat perilaku tinggi dan 2 mahasiswa (AL, SI) berkategori sedang, dengan rata-rata tingkat perilaku konsumtif tinggi ditunjukkan dengan *mean* 104.71 yang berkategori tinggi. Kemudian setelah diberikan *treatment*, skor hasil *post-test* didapatkan 2 mahasiswa (MA, MU) memiliki perilaku konsumtif sedang dan 5 mahasiswa (AL, SI, RI, NO, AN) berkategori rendah, dengan rata-rata perilaku konsumtif rendah ditunjukkan *mean* 71.85. Dapat disimpulkan bahwa ada penurunan tingkat perilaku konsumtif setelah diberikan *treatment* konseling kelompok.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan perilaku konsumtif mahasiswa yang mengalami *nomophobia* sebelum mengikuti layanan konseling kelompok, untuk mendeskripsikan perilaku konsumtif mahasiswa yang mengalami *nomophobia* setelah mengikuti layanan konseling kelompok, dan untuk mendeskripsikan pengaruh layanan konseling kelompok terhadap perilaku konsumtif mahasiswa yang mengalami *nomophobia*. Hasil analisis data deskriptif sebelum diberikan *treatment*, tingkat perilaku konsumtif mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu tergolong tinggi. Hal ini sesuai dengan hasil *pre-test* mahasiswa yang diketahui 5 orang mahasiswa dalam kategori tinggi, 2 orang mahasiswa dalam kategori sedang. Dari total terdapat 7 mahasiswa.

Menurut Sunarto & Hartono (2013: 178), indikator perilaku konsumtif yaitu membeli produk karena ada diskon harga, membeli produk karena iming-iming hadiah, membeli produk karena kemasan menarik, membeli produk demi menjaga penampilan gengsi, membeli produk karena pengaruh model yang mengiklankan produk dan membeli produk dengan harga mahal untuk menimbulkan rasa percaya diri. Hal ini selaras dengan kondisi mahasiswa sebelum diberikan *treatment*. Sebelum diberikan layanan konseling kelompok, sampel diambil berdasarkan hasil angket *pre-test* yang diberikan kepada 32 orang mahasiswa semester 4B Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu. Dari hasil angket tersebut terdapat 7 mahasiswa dengan tingkat perilaku konsumtif yang tergolong tinggi dan sedang. Siswa yang tergolong pada tingkat perilaku konsumtif tinggi pada skor interval 107-131 terdiri dari 5 orang mahasiswa yaitu: MA, RI, AN, NO dan MU. Sedangkan mahasiswa yang tergolong dalam tingkat perilaku konsumtif sedang terdiri dari 2 mahasiswa yaitu: AL dan SI. ermasalahan tingkat perilaku konsumtif yang tinggi terjadi karena membeli produk karena ada diskon harga, membeli produk karena iming-iming hadiah, membeli produk karena

kemasan menarik, membeli produk demi menjaga penampilan gengsi, membeli produk karena pengaruh model yang mengiklankan produk dan membeli produk dengan harga mahal untuk menimbulkan rasa percaya diri.

Pelaksanaan layanan konseling kelompok diberikan kepada mahasiswa sebanyak 7 kali pertemuan. Setelah perlakuan yang diberikan, terjadi penurunan perilaku konsumtif pada mahasiswa yang dapat dilihat dari hasil analisis data *post-test* yang diperoleh, bahwa tidak ada lagi mahasiswa yang masuk dalam kategori tinggi. Mahasiswa yang masuk dalam kategori rendah meningkat dari yang awalnya tidak ada menjadi 5 orang mahasiswa (MA, Ri, AN, NO, dan MU) setelah diberi *treatment*. Mahasiswa yang masuk dalam kategori sedang yaitu 2 orang mahasiswa (AL dan SI) setelah diberi *treatment*.

Menurut Kotler dan Kiler (2009: 151), perilaku konsumtif dapat diartikan sebagai suatu tindakan memakai produk yang tidak tuntas artinya, belum habis sebuah produk yang dipakai seseorang telah menggunakan produk jenis yang sama dari merek lainnya atau dapat disebutkan, membeli barang karena adanya hadiah yang ditawarkan atau membeli suatu produk karena banyak orang memakai barang tersebut. Sesuai dengan keadaan klien seperti, mudah tergiur dengan diskon harga, iming-iming hadiah, kemasan menarik, menjaga penampilan gengsi, pengaruh model yang mengiklankan produk dan harga mahal untuk menimbulkan rasa percaya diri ini yang perlu dikurangi dengan layanan konseling kelompok.

Penurunan perilaku konsumtif tidak terlepas dari peran para anggota kelompok itu sendiri dimana anggota kelompok saling memotivasi dan mau melibatkan diri pada kondisi kelompok sehingga manfaat mengikuti layanan konseling kelompok dapat dirasakan. Prayitno 2004: 174), mengatakan bahwa melalui layanan konseling kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah, para peserta memperoleh tujuan sekaligus yaitu: berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah bersosialisasi dan berkomunikasi.

Selama 7 kali pertemuan yang sudah dilakukan, anggota kelompok semakin akrab dan terbuka untuk berbagi cerita, pengalaman, informasi sehingga setiap pertemuan terjadi penurunan mulai dari sering bermain *game online* dan membeli *top up*, sering belanja online baju, suka bermain judi *online*, membeli barang yang sama dengan *fashion* idola, suka mengoleksi barang-barang kegemaran, suka membeli barang-barang pencinta alam dan sering membeli komik *online*. Adanya konseling kelompok ini mahasiswa mendapatkan kesempatan

untuk mengeluarkan pendapat dan memecahkan masalah bersama-sama dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Dari hasil *post-test* terlihat penurunan paling signifikan terjadi pada NO dengan penurunan sebelum dan sesudah *treatment* sebesar 49 poin, dan penurunan paling rendah terjadi pada MA dengan selisih sebelum dan sesudah *treatment* sebesar 24 poin. Dua indikator yang mengalami penurunan paling tinggi adalah pada dimensi pembelian secara impulsif indikator faktor diskon yang memiliki skor *pre-test* 141 lalu menurun saat *post-test* dengan skor 88 dan dimensi pemborosan (kepuasan semata) indikator faktor status sosial yang memiliki skor *pre-test* 144 lalu menurun saat *post-test* 105. Perubahan perilaku konsumtif mahasiswa pada *pre-test* dan *post-test* melalui *Analisis Paired-sample T-Test* menunjukkan hasil 8.851. Hal ini menunjukkan signifikansi .000 ($p < 0,05$) yang berdasarkan kriteria penerimaan atau penolakan hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima maka diperoleh hasil bahwa ada pengaruh layanan konseling kelompok terhadap perilaku konsumtif yang mengalami *nomophobia* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu.

Perilaku konsumtif adalah suatu perilaku membeli dimana individu mengonsumsi barang dan jasa secara berlebihan, yang tidak lagi didasarkan atas pertimbangan rasional serta lebih mementingkan faktor keinginan dari pada kebutuhan hanya untuk mencapai kepuasan maksimal dan kesenangan saja sehingga menimbulkan pemborosan. Dalam perkembangannya, anggota kelompok akan menjadi orang-orang dengan gaya hidup konsumtif dan hedonis. Adapun masalah yang dapat terjadi apabila pencapaian tingkat keuangan itu dilakukan dengan tindakan yang tidak sesuai dengan norma-norma hanya untuk mendapatkan uang untuk memenuhi keinginannya, maka pada akhirnya perilaku konsumtif bukan saja memiliki dampak ekonomi melainkan juga dampak etika.

Dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkat perilaku konsumtif sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok pada mahasiswa semester 4B Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu. Hal ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok sangat efektif untuk menurunkan perilaku konsumtif.

Kesimpulan

Perilaku konsumtif yang mengalami *nomophobia* pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu setelah diberikan layanan konseling kelompok mengalami penurunan, ini terlihat dari rata-rata *post-test* yaitu pada kategori perilaku konsumtif rendah. Terdapat pengaruh layanan konseling kelompok terhadap tingkat perilaku konsumtif

yang mengalami *nomophobia* pada mahasiswa semester 4B Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu. Hal ini dapat dibuktikan dari hasil analisis data yang menyebutkan bahwa H_0 ditolak yang berarti terdapat penurunan perilaku konsumtif mahasiswa setelah diberikan layanan konseling kelompok. Bagi mahasiswa Bimbingan dan Konseling, diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan dan dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam pemberian layanan Bimbingan dan Konseling untuk meningkatkan pelayanan Bimbingan dan Konseling.

Daftar Pustaka

- Bungin, B. (2005). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Jakarta: Kencana.
- Chita, M., David, A., & Pali. (2015). hubungan antara *self-control* dengan perilaku konsumtif *online shopping* produk *fashion* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Angkatan 2011. *Jurnal Fokus Konseling*, 3 (1), hal 298-299.
- Pradana, P.W., Muqtadiroh, F.A., & Nisafani, A.S. (2016). Studi tingkat kecemasan remaja terhadap no-mobile phone (*nomophobia*) Di Sma Negeri Kota Padang. *jurnal.ensiklopediaku*, 5 (1), hal 6.
- Prayitno. (2004). *Seri kegiatan pendukung konseling L.1-L.9*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Ririn, A & Sulis, M. (2014). Hubungan antara kontrol diri dan perilaku konsumtif mahasiswa universitas esa unggul. *Jurnal Psikologi*, 12 (1), hal 36-37.
- Sudarji, S. (2017). Hubungan antara *nomophobia* dengan kepercayaan diri. *Jurnal Psikologi Psibernetika*, 10 (1), hal 51-52.
- Sunarto & Hartono. (2013). *Perkembangan peserta didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sumartono. (2002). *Teperangkap dalam Iklan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2008). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Widyastuti, D.A & Muyana, S. 2018. Potret *nomophobia (no mobile phone phobia)* di kalangan remaja. *Jurnal Fokus Konseling*, 4 (1), hal 3-5.