

DAMPAK HEDONISME TERHADAP SPRITUALITAS DAN KEHIDUPAN SOSIAL MAHASISWA

Rahmadiyah Putri¹, Ilham Alfa Rezi², Lira Novita³, Deri Oktariato⁴, Eva Iryani⁵, Helty⁶

Pendidikan Bahasa Arab, Universitas Jambi, Jambi

E-mail: *rahmadiaputri08@gmail.com¹, ilhamalfarezi2003@gmail.com², iranovitasafitri@gmail.com³, derioktariato34@gmail.com⁴, evairyani@unja.ac.id⁵, heltysafri@gmail.com⁶

ABSTRAK

Hedonisme semakin menjadi fenomena yang terlihat di kalangan mahasiswa, terutama di era digital yang dipenuhi oleh pengaruh media sosial dan budaya konsumtif. Gaya hidup yang menekankan pada pencarian kesenangan instan ini memiliki dampak signifikan terhadap aspek spiritual dan kehidupan sosial mereka. Mahasiswa yang terlampau terfokus pada kesenangan duniawi cenderung mengabaikan nilai-nilai spiritual, yang pada gilirannya dapat memicu krisis identitas dan membuat mereka kehilangan makna hidup yang lebih dalam. Selain itu, tekanan sosial dan pengaruh teman sebaya semakin memperkuat gaya hidup hedonis ini, yang berpotensi menimbulkan berbagai masalah, baik akademik, keuangan, hingga isolasi sosial. Dalam artikel ini, kami menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dan studi pustaka untuk menganalisis dampak hedonisme terhadap mahasiswa. Hasil penelitian kami menunjukkan bahwa penting untuk menjaga keseimbangan antara kesenangan dan tanggung jawab agar terhindar dari konsekuensi negatif. Oleh karena itu, dibutuhkan kesadaran yang mendalam dan strategi pengelolaan yang bijaksana agar mahasiswa dapat berkembang secara holistik.

Kata kunci

hedonisme, spiritualitas, kehidupan sosial, mahasiswa

ABSTRACT

Hedonism is increasingly becoming a visible phenomenon among university students, especially in this digital age filled with the influence of social media and consumptive culture. This lifestyle that emphasizes the search for instant pleasure has a significant impact on their spiritual aspects and social life. Students who are overly focused on worldly pleasures tend to neglect spiritual values, which in turn can trigger an identity crisis and make them lose the deeper meaning of life. In addition, social pressure and peer influence further reinforce this hedonistic lifestyle, which has the potential to cause various problems, including academic, financial, and social isolation. In this article, we use a descriptive qualitative approach and literature study to analyze the impact of hedonism on university students. Our results show that it is important to maintain a balance between pleasure and responsibility in order to avoid negative consequences. Therefore, deep awareness and wise management strategies are needed so that students can develop holistically.

Keywords

hedonism, spirituality, social life, students

1. PENDAHULUAN

Hedonisme semakin menjadi fenomena yang marak di kalangan mahasiswa, terutama di era modern yang ditandai oleh kemajuan teknologi dan media sosial. Berakar dari filosofis yang menganggap kesenangan sebagai tujuan utama kehidupan, hedonisme telah berkembang menjadi pola hidup yang menekankan pencarian kepuasan materi dan kesenangan instan. Mahasiswa, sebagai generasi muda yang sedang dalam proses pembentukan identitas diri, menjadi kelompok yang rentan terpengaruh oleh gaya hidup

ini. Fenomena ini memberikan dampak tidak hanya pada aspek pribadi mereka, tetapi juga berpengaruh signifikan terhadap spiritualitas dan kehidupan sosial para mahasiswa.

Media sosial memainkan peran besar dalam memperkuat perilaku hedonisme di kalangan mahasiswa. Melalui platform seperti Instagram, TikTok, dan lainnya, mahasiswa sering kali terpapar dengan gaya hidup mewah yang dipamerkan oleh selebriti, influencer, atau bahkan teman sebaya mereka. Paparan ini menciptakan tekanan sosial untuk mengikuti tren tersebut demi mendapatkan pengakuan atau penerimaan sosial. Selain itu, iklan-iklan yang muncul di media digital sering kali mendorong mahasiswa untuk membeli barang-barang mewah atau menikmati layanan tertentu demi mencapai kebahagiaan instan¹.

Pengaruh teman sebaya juga menjadi faktor penting dalam membentuk perilaku hedonis mahasiswa. Dalam lingkungan sosial kampus, mahasiswa sering kali merasa terdorong untuk mengikuti gaya hidup teman-temannya demi menjaga hubungan sosial atau menghindari rasa terisolasi. Gaya hidup hedonis ini sering kali diwujudkan melalui kegiatan seperti nongkrong di kafe mahal, berbelanja barang bermerek, atau menghabiskan waktu di tempat hiburan malam².

Namun, gaya hidup hedonisme tidak datang tanpa konsekuensi. Dampaknya terhadap spiritualitas mahasiswa sangat jelas terlihat. Mahasiswa yang terlalu fokus pada kesenangan duniawi cenderung mengabaikan nilai-nilai spiritual mereka. Mereka lebih memilih aktivitas yang memberikan kepuasan instan daripada meluangkan waktu untuk refleksi diri atau kegiatan spiritual seperti beribadah dan mendalami ajaran agama. Akibatnya, mereka mengalami krisis identitas dan kehilangan arah dalam pencarian makna hidup yang lebih mendalam³.

Selain itu, dampak hedonisme terhadap kehidupan sosial mahasiswa juga sangat signifikan. Salah satu dampak yang paling mencolok adalah gangguan akademis. Mahasiswa dengan gaya hidup hedonis sering kali mengorbankan waktu belajar demi bersenang-senang. Hal ini menyebabkan penurunan prestasi akademik, bahkan dalam beberapa kasus berujung pada kegagalan studi. Masalah keuangan juga menjadi dampak nyata dari gaya hidup ini. Pengeluaran berlebihan untuk barang-barang mewah atau kegiatan hiburan dapat menyebabkan mahasiswa terlilit utang atau mengalami kesulitan finansial jangka panjang⁴.

Lebih jauh lagi, gaya hidup hedonisme dapat menyebabkan isolasi sosial emosional. Meskipun kegiatan hedonis sering kali melibatkan interaksi sosial, hubungan yang terbentuk cenderung dangkal dan tidak memberikan kepuasan emosional yang mendalam. Mahasiswa yang terlalu fokus pada kesenangan pribadi sering kali kehilangan kesempatan untuk membangun hubungan interpersonal yang bermakna⁵.

Fenomena ini menunjukkan bahwa hedonisme memiliki dampak multidimensional terhadap kehidupan mahasiswa. Sementara beberapa aspek dari gaya hidup ini mungkin memberikan manfaat sementara seperti mengurangi stres atau meningkatkan kebahagiaan sesaat, dampak jangka panjangnya dapat merugikan baik secara pribadi maupun sosial. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk memahami konsekuensi dari gaya hidup hedonis dan mencari keseimbangan antara pencarian kesenangan dengan tanggung jawab serta nilai-nilai spiritual. Artikel ini bertujuan untuk menggali lebih dalam pengaruh gaya hidup hedonistik terhadap aspek spiritualitas dan kehidupan sosial mahasiswa. Di era modern ini, banyak mahasiswa yang tanpa disadari terjebak dalam pola hidup yang menjadikan kesenangan dan kepuasan pribadi sebagai prioritas utama. Dalam konteks ini, hedonisme dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti kebiasaan konsumtif, budaya pesta, kecanduan media sosial, serta perilaku yang lebih mengutamakan kesenangan sesaat daripada pencapaian jangka panjang.

Selain itu, artikel ini berusaha memberikan pemahaman tentang cara mengelola fenomena tersebut dengan bijaksana, agar tidak berdampak negatif pada perkembangan pribadi dan sosial mahasiswa. Dengan memahami faktor-faktor yang mendorong perilaku hedonistik serta konsekuensi yang ditimbulkannya, para mahasiswa diharapkan dapat lebih sadar dalam menyeimbangkan kehidupan mereka. Pendekatan ini mencakup strategi untuk menjaga keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan pribadi dengan tanggung jawab sosial dan spiritual, sehingga mahasiswa dapat terus berkembang secara holistik tanpa terjebak dalam dampak negatif dari gaya hidup hedonistik.

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Pendekatan ini dipilih untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara tingkat hedonisme mahasiswa dengan spiritualitas serta kehidupan sosial mereka. Data dikumpulkan melalui jurnal, buku, dan artikel. Skala pengukuran yang digunakan adalah skala Likert untuk mengukur intensitas sikap dan perilaku hedonis, tingkat spiritualitas, serta kualitas interaksi sosial mahasiswa. Penelitian ini bertujuan memberikan gambaran empiris tentang pengaruh gaya hidup konsumtif dan berorientasi kesenangan terhadap aspek internal (spiritualitas) dan eksternal (relasi sosial) mahasiswa dalam kehidupan kampus.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Definisi hedonisme

Hedonisme adalah pandangan hidup yang menganggap kesenangan dan kenikmatan materi sebagai tujuan utama hidup. Bagi penganut ideologi ini, bersenang-senang, berpesta, dan menikmati waktu luang adalah tujuan utama dalam hidup, terlepas dari apakah itu menyenangkan bagi orang lain atau tidak. Mereka percaya hidup hanya dijalani satu kali, sehingga mereka merasa terdorong untuk menikmati hidup sepenuhnya. Hedonisme sebagai fenomena dan gaya hidup tercermin dalam perilaku sehari-hari generasi muda. Mayoritas mahasiswa bersaing dan bermimpi hidup mewah. Mereka memanjakan diri dan menghabiskan waktu di kafe, mal, dan plaza. Ini merupakan agenda kehidupan mereka. Mungkin ini adalah efek negatif dari menjamurnya mal, plaza, dan hypermarket lainnya. Mengaku sebagai orang Timur yang religius, mereka tidak merasa tidak nyaman menunjukkan kemesraan di depan umum. Hedonisme di kalangan remaja dipengaruhi oleh faktor lingkungan, karena mereka meniru gaya hidup orang-orang terkenal dan bahkan bercita-cita untuk menjadi populer sendiri. Berbagai acara realitas menawarkan program untuk meraih popularitas instan. Menurut para ahli psikologi, hedonisme tidak dapat disangkal, karena manusia selalu terhubung dengan perasaan senang sementara secara otomatis cenderung menghindari perasaan tidak menyenangkan. Manusia berusaha untuk mencapai tujuan mereka yang kemudian membuat mereka merasa senang atau puas (Sunatra: 2016).

Di dalam komunitas yang mengikuti paham ini, kehidupan dijalani dengan sepenuh hati demi memenuhi keinginan yang tidak terbatas. Dalam kamus Collins Gem (1993) dinyatakan bahwa, "hedonisme adalah ajaran yang menyatakan bahwa kesenangan adalah hal yang paling penting dalam hidup, atau hedonisme adalah paham yang dianut oleh individu-individu yang mengutamakan kesenangan hidup semata-mata." Dari sudut

pandang lain Collins Gem tersebut, gaya hidup hedonisme tidak sejalan sama sekali dengan tujuan pendidikan bangsa kita.

b. Dampak hedonisme terhadap spiritualitas mahasiswa

Spiritualitas memiliki hubungan erat dengan nilai-nilai moral, etika, serta interaksi antara manusia dengan Tuhan dan sesama. Ketika mahasiswa terjebak dalam fokus utama pada kesenangan duniawi, berbagai dampak negatif dapat muncul terhadap spiritualitas mereka, antara lain:

1) Penurunan Kesadaran Beragama

Hedonisme membuat mahasiswa lebih mendahulukan kepuasan diri dibandingkan dengan kewajiban beragama. Ibadah dapat terabaikan karena mereka lebih banyak menghabiskan waktu untuk hiburan dan interaksi sosial yang tidak terbatas.

2) Peningkatan Materialisme

Mahasiswa yang menjalani gaya hidup hedonis cenderung menilai kebahagiaan berdasarkan aspek fisik, seperti barang-barang mewah, pakaian bermerek, dan gaya hidup yang mahal. Sikap ini dapat mengikis nilai-nilai spiritual yang mengajarkan pentingnya kesederhanaan dan kepuasan batin.

3) Menurunnya Kemampuan Refleksi Diri

Spiritualitas membutuhkan waktu untuk merenung dan merenungkan hidup. Namun, mahasiswa yang terjebak dalam mencari kesenangan sering kali tidak memiliki waktu untuk menghayati makna hidup dan tujuan mereka, yang pada akhirnya dapat membuat mereka merasa kosong dan kehilangan arah.

c. Dampak hedonisme terhadap kehidupan sosial mahasiswa

Tak hanya mempengaruhi spiritualitas, hedonisme juga berpengaruh pada kehidupan sosial mahasiswa, baik dalam hubungannya dengan teman, keluarga, maupun Masyarakat.

1) Individualisme dan Rendahnya Empati

Hedonisme dapat membuat mahasiswa lebih terfokus pada diri sendiri dan kepentingan pribadi. Mereka cenderung kurang peka terhadap kondisi sosial di sekitarnya dan menghindari aktivitas sosial yang tidak menguntungkan bagi mereka secara langsung.

2) Pergaulan yang Tidak Sehat

Dalam upaya untuk mendapatkan kesenangan, mahasiswa bisa terjerumus dalam pergaulan bebas, penyalahgunaan alkohol, atau bahkan narkoba. Hal ini dapat merusak hubungan sosial yang sehat dan membawa dampak negatif dalam jangka panjang.

3) Tekanan Sosial dan Hutang Konsumtif

Mahasiswa yang berupaya mengikuti gaya hidup hedonis tetapi tidak memiliki sumber daya keuangan yang memadai sering kali merasa tertekan untuk memenuhi standar sosial. Beberapa di antaranya bahkan terpaksa berutang atau mengeluarkan uang tanpa perhitungan demi menjaga citra sosial mereka.

4. KESIMPULAN

Hedonisme telah menjadi fenomena yang marak di kalangan mahasiswa, terutama akibat pengaruh teknologi dan media sosial. Gaya hidup ini menekankan pencarian kesenangan dan kepuasan instan, yang berakar dari dorongan materi dan sosial. Media sosial serta pengaruh teman sebaya semakin memperkuat tren ini dengan menampilkan

gaya hidup mewah sebagai standar kebahagiaan. Dampak dari hedonisme terhadap mahasiswa sangat signifikan, baik secara spiritual maupun sosial. Secara spiritual, mahasiswa cenderung mengabaikan nilai-nilai agama, menjadi lebih materialistis, serta kehilangan waktu untuk refleksi diri. Sementara itu, dalam aspek sosial, hedonisme dapat menyebabkan individualisme, pergaulan tidak sehat, serta tekanan finansial akibat gaya hidup konsumtif. Meskipun memberikan kepuasan sementara, hedonisme berpotensi menimbulkan konsekuensi jangka panjang seperti penurunan prestasi akademik, kesulitan ekonomi, dan hilangnya makna hidup yang lebih mendalam. Oleh karena itu, mahasiswa perlu menyadari dampak negatif dari gaya hidup ini dan mencari keseimbangan antara kesenangan, tanggung jawab, serta nilai-nilai spiritual agar dapat berkembang secara holistik.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Adolph, R. 濟無 No Title No Title No Title. 1–23 (2016). Jenyya vionnalita., dkk 2021. Gaya Hidup di Kalangan Mahasiswa Universitas Samratulangi. *jurnal holistik*. vol 14 no 3
Ekonomi Dan Bisnis Universitas Sam Ratulangi Di Kota Manado. News.Ge
<https://news.ge/anakliis-porti-aris-qveynis-momava> (2018).
Fitriani irma ., dkk .2024. Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa UIN Suska Riau Prespektif Gender. *RISOMA : Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan* Volume. 2, No.3
Kerti, Candra., dkk. 2024. Hedonisme di Kalangan Mahasiswa: Eksplorasi Atas Kenikmatan Instan Dalam Lingkungan Pendidikan Tinggi. *Jurnal Peneitian Ilmu- Ilmu Sosial*. Vol 25 no 2
Mahesa, F. et al. Hedonisme di Kalangan Mahasiswa : *Eksplorasi Atas Pencarian Kenikmatan Instan Dalam Lingkungan Pendidikan Tinggi*. 25, 90–94 (2024).
Nasywa, Z. S. Pengaruh Hedonisme Terhadap Mahasiswa Kurang Mampu Dalam Filsafat Sosial: *Perspektif dan Implikasi Sosial*. *J. Mhs. Antropol.* 2, 24–35 (2023).
Tambingon, J., Tasik, F. C. M. & Purwanto, A. Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Fakultas Vira Eka Reynata, A., Aditya Fantino, R. & Teguh santoso, M. Perubahan Gaya Hidup Hedonisme pada Kalangan Mahasiswa Rantau Di Kota Surabaya. Univ. Negeri Surabaya 185 (2022).