

HUBUNGAN ANTARA *EMOTIONAL FOCUSED COPING* DENGAN PERILAKU KONSUMTIF PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI BIMBINGAN & KONSELING

Diah Ayu Elvina Martha^{1,a)}, Dendy Setyadi²⁾

^{1, 2)}Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta, Indonesia

^{a)}Email: diahayuelvinamartha@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengetahui apakah ada hubungan antara emotional focused coping dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa. (2) melihat seberapa tinggi emotional focused coping mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. (3) melihat seberapa tinggi perilaku konsumtif mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. (4) mengidentifikasi butir item skala emotional focused coping dan skala perilaku konsumtif yang belum optimal (rendah) sehingga dapat diusulkan sebagai topik. Penelitian ini merupakan studi korelasional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 108 orang mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2023. Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan kategorisasi, uji normalitas, uji linearitas, dan uji hipotesis korelasional. Pengumpulan data menggunakan skala emotional focused coping dengan jumlah item valid 34 dengan nilai uji reliabilitas 0,697 dan skala perilaku konsumtif dengan jumlah item valid 32 dan nilai uji reliabilitas 0,743. Hasil dalam penelitian ini membuktikan: 1) Adanya hubungan negatif dengan tingkat signifikansi tinggi karena nilai Pearson's $r=0.196$ dan $p<0.05$. 2) Tingkat emotional focused coping mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling tergolong dalam kategori tinggi karena 24% mahasiswa masuk dalam kategori sangat tinggi dan 59% masuk ke dalam kategori tinggi. 3) Tingkat perilaku konsumtif mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling tergolong dalam kategori rendah karena tidak ada mahasiswa yang masuk dalam kategori sangat tinggi dan terdapat 16% mahasiswa masuk dalam kategori tinggi. 4) Ditemukan 4 item dalam skala variabel emotional focused coping yang terindikasi sedang dan diusulkan topik My Support System serta Jangan Biarkan Masalah Menguasaimu. Ditemukan 16 item dalam skala perilaku konsumtif yang terindikasi dalam kategori rendah serta 6 item yang terindikasi dalam kategori sangat rendah dan diusulkan topik Control Your Self, Control Your Money, dan Rational Thinking.

Kata kunci: *emotional focused coping, perilaku konsumtif, mahasiswa*

Abstract

This study aims to (1) find out whether there is a relationship between emotional focused coping and consumptive behavior in college students. (2) see how high emotional focused coping students of the Guidance and Counseling Study Program are. (3) see how high the consumptive behavior of students of the Guidance and Counseling Study Program. (4) identify items of the emotional focused coping scale and the consumptive behavior scale that are not optimal (low) so that they can be proposed as topics. This research is a correlational study. The population in this study amounted to 108 students of the Guidance and Counseling Study Program class of 2023. The analysis technique in this study uses categorization, normality test, linearity test, and correlational hypothesis test. Data collection using emotional focused coping scale with number of valid items 34 with reliability test value 0.697 and consumptive behavior scale with number of valid items 32 and reliability test value 0.743. The results in this study prove: 1) There is a negative relationship with a high level of significance due to Pearson's $r=0.196$ and $p<0.05$ values. 2) The level of emotional focused coping of Guidance and Counseling Study Program students is classified as high because 24% of students fall into the very high category and 59% fall into the high category. 3) The level of consumptive behavior of students of the Guidance and Counseling Study Program is classified as low because there are no students who fall into the very high category and there are 16% of students in the high category. 4) Found 4 items on the variable scale of emotional focused coping that indicated moderate and proposed topics My Support System and Don't Let Problems Overwhelm You. It found 16 items in the scale of consumptive behavior indicated in the low category and 6 items indicated in the very low category and proposed topics Control Your Self, Control Your Money, and Rational Thinking.

Keywords: *emotional focused coping, consumer behavior, students*

PENDAHULUAN

Saat ini, era globalisasi bergerak bebas serta tanpa batas menghasilkan budaya baru. Pasar bebas identik dengan era globalisasi, sehingga jual beli dan transformasi budaya tidak dapat dikendalikan. Sejak munculnya Internet, berbelanja melalui sistem online telah menjadi aktivitas yang dapat dilakukan oleh siapa saja, di tempat manapun, dan kapanpun, tanpa perlu pergi toko (Hasan Sazali & Fahrur Rozi (2020). Kemudahan kegiatan jual beli ini didukung dengan Badan Pusat Statistik (2022) yang melaporkan bahwa pendapatan penduduk Indonesia 13,96 menjadi Rp 71 juta pertahun pada tahun 2022.

Pertumbuhan ekonomi yang pesat disertai dengan peningkatan kelas menengah atas, perilaku pembelian barang bermerek semakin meningkat, dan banyaknya jumlah barang dengan tag bermerk yang masuk ke Indonesia. Tumbuhnya industri tekstil menunjukkan pertumbuhan ekonomi yang meningkat. Pada triwulan II (2022), industri TPT meningkat sebesar 13,74% dibandingkan periode yang sama tahun 2021, menurut data dari Badan Pusat Statistik BPS. Di kalangan masyarakat, style fashion dan merek barang yang dipakai dapat dijadikan tolak ukur status sosial. Kedudukan seseorang akan meningkat, apabila barang yang dipakai adalah barang bermerek atau barang yang sedang menjadi trend.

Miranda (2017) mengungkapkan mahasiswa merupakan masyarakat yang akrab dengan dunia teknologi dan internet, maka fenomena belanja online sangat erat kaitannya dengan dunia mereka. Dikutip dari suara.com laporan hasil riset “Survei Populix” tahun 2023, menyatakan 54 persen warga Indonesia lebih suka belanja melalui e-commerce. Dibandingkan dengan kebutuhan, mahasiswa lebih khawatir tentang mengeluarkan uang dari kantong mereka untuk membeli barang. Untuk mengikuti trend terkini yang semakin tidak terkendali agar diakui keberadaannya secara sosial di lingkungan sekitar. Aktivitas yang mengikuti trend ini akan mendorong mahasiswa untuk membeli barang tanpa berpikir dua kali, yang pada gilirannya akan mengarah pada tindakan konsumtif. Solihat & Arnasik (2018) mengemukakan membelanjakan uang untuk barang dan jasa berdasarkan gengsi daripada kebutuhan adalah perilaku konsumtif.

Ketidakmampuan seorang mahasiswa dalam menentukan skala prioritasnya selain mengakibatkan perilaku konsumtif, juga dapat membuat mahasiswa tidak fokus pada aspek akademik. Ketidaksiapan mahasiswa dalam menanggung beban atas tuntutan akademik dan non akademik di fase dewasa awal mengakibatkan beberapa mahasiswa menghadapi stres. Berdasarkan survei yang sudah dilakukan kepada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling, didapatkan hasil yakni Mahasiswa Bimbingan dan Konseling dominan melakukan transaksi belanja melalui Shopee dengan frekuensi kurang dari 3 kali berbelanja perbulan. Berdasarkan data survei mengenai jenis produk yang sering dibeli mahasiswa adalah fashion dengan presentase tertinggi yaitu 69%, kemudian diikuti dengan produk kecantikan sebesar 41,4%, berikutnya ada produk aksesoris sebesar 34,5%, serta produk otomotif sebesar 6,9%. Faktor terbesar yang mendorong untuk berbelanja melalui platform Shopee adalah banyaknya penawaran promo diskon, mengingat uang saku mahasiswa terbatas yang digunakan untuk berbelanja sebesar Rp100.000-Rp500.000 perbulan.

Rahayuningsih (2018) mengatakan perilaku konsumtif yang didasarkan pada perspektif psikologis menyebabkan rasa cemas dan rasa terancam karena individu selalu merasa perlu untuk membeli barang yang diinginkan, tetapi mereka tidak memiliki cukup uang untuk melakukannya, yang menyebabkan rasa cemas karena tidak dapat memenuhi impian mereka. Pada hal ini, mengendalikan reaksi terhadap situasi yang tidak kondusif merupakan langkah awal dalam mengatasi perilaku konsumsi mahasiswa. Alternatif yang dapat dipakai dalam situasi ini adalah metode coping. Coping adalah proses melakukan berbagai upaya untuk memecahkan suatu masalah dengan cara yang paling efektif, berdasarkan kemampuan individu dalam mengatasi stres yang timbul dari berbagai masalah psikologis.

Santrock (2007) mengatakan bahwa beberapa orang menanggapi stres dengan cara yang berbeda. Untuk menanggapi stresor atau stresor, seseorang harus memiliki kemampuan untuk bertahan. Coping adalah mencoba mengatasi situasi yang tidak menyenangkan, mencoba menyelesaikan masalah, dan mengatasi stres. Salah satunya cara orang mengatasi tekanan yakni dengan mengendalikan emosi dan perasaan mereka, dan ini dikenal sebagai emotional focused coping. Untuk membantu orang merasa lebih nyaman dan mampu menangani stres, metode ini bekerja dengan mengubah sikap dan persepsi mengenai kondisi stres.

Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Indra, S.d. (2020) mendapatkan hasil coping yang berfokus pada emosi dapat meminimalkan respons emosional terhadap pemicu stres dan mengurangi emosi yang timbul dari masalah. Folkman, S. (2013) menyatakan emotional focused coping memiliki tujuan untuk mereduksi dan mengontrol emosi yang mengganggu atau mereduksi emosi negatif yang berasal dari kondisi tertentu. Adriyani (2014) menjelaskan bahwa ketika orang menghadapi masalah yang tidak dapat mereka kontrol, mereka menggunakan pendekatan pengendalian emosional. Emotional focused coping lebih mengarah pada pengelolaan emosi atau tindakan untuk mengatasi tekanan akibat faktor penyebab stres yang sulit untuk diubah atau dikendalikan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional. *Jeffrey Amazing Statistics Program* (JASP) digunakan untuk membantu analisis data pada penelitian ini. Subjek penelitian ini adalah populasi mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan tahun 2023 sebanyak 108 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan kuesioner atau angket sebagai alat instrument. Instrument dalam penelitian ini terdiri dari 46 pertanyaan untuk variable *emotional focused coping* dan 33 pertanyaan untuk variable perilaku konsumtif. Pengukuran kuesioner dalam penelitian ini menggunakan skala Likert. Pertanyaan yang digunakan untuk variabel emotional focused coping dengan aspek seeking social support, distancing, escape avoidance, selfcontrol, accepting responsibility, dan positive reappraisal. Sedangkan pada variabel perilaku konsumtif terdiri atas aspek pembelian impulsif (*impulsive buying*), pemborosan (*wasteful buying*), dan mencari kesenangan (*nonrational buying*). Data penelitian yang telah didapatkan kemudian diolah dengan bantuan aplikasi *Jeffrey Amazing Statistics Program* (JASP). Selanjutnya akan dilakukan pengujian hipotesis, yaitu uji korelasi dengan menggunakan rumus Pearson Product Moment Correlation untuk melihat hubungan antara emotional focused coping dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Korelasi

Tabel 1. Hasil Uji Korelasi

Tabel Korelasi				
Variabel		Emotional Focused Coping		Perilaku Konsumtif
1. Emotional Focused Coping	Pearson's r			
	p-value			
2. Perilaku Konsumtif	Pearson's r	-0.196	*	
	p-value	<0.05		

Hasil uji korelasi Pearson dihasilkan dengan menggunakan aplikasi *Jeffreys Amazing Statistics Program* (JASP) diperoleh nilai signifikansi *emotional focused coping* dengan perilaku konsumtif menunjukkan hasil $p < 0.05$ yaitu 0.042. Hasilnya menunjukkan bahwa

kedua variabel tersebut berkorelasi kuat atau memiliki hubungan. Selain itu, nilai korelasi *Pearson* kedua variabel adalah $r=0.196$, yang menunjukkan bahwa ada korelasi dengan arah hubungan negatif. Maka kesimpulkannya adalah H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan negatif antara *emotional focused coping* dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa program studi bimbingan dan konseling.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan antara *emotional focused coping* dan perilaku konsumtif pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling terbukti benar dengan menggunakan nilai *Pearson's* dalam penghitungan korelasi pada *jeffreys amazing statistic program* (JASP). Hasil uji korelasi menunjukkan hubungan signifikansi dengan nilai *Pearson's* $r = -0.196$ dan $p < 0.05$. Dari hasil ini, dapat dipastikan bahwa ada hubungan negatif antara variabel *emotional focused coping* dengan variabel perilaku konsumtif. Selain itu, uji korelasi ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *emotional focused coping* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah tingkat perilakunya dan sebaliknya.

Orang-orang yang berusaha mengendalikan respons emosional mereka terhadap situasi sulit melakukannya dengan menggunakan strategi *emotional focused coping* (Lazarus dan Folkman, 1984). Monalisa & Ukhi (2022) menuturkan *emotional focused coping* juga merupakan jenis strategi penyelesaian masalah yang mendukung individu saat menghadapi situasi atau kondisi yang berdampak negatif dengan mengendalikan setiap reaksi. Dengan demikian, sangat penting bahwa orang memiliki kemampuan untuk mengendalikan strategi *emotional focused copingnya*. Dengan menjaga keseimbangan kasih sayang yang sehat, ia dapat mengelola fokus emosionalnya dan mencoba menyingkirkan ketegangan yang ia alami. *Emotional focused coping* disarankan dalam situasi di mana orang memiliki sedikit atau tidak ada kendali atas masalah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah sabar dan telaten dalam membantu menyelesaikan penelitian ini. Terima kasih juga peneliti ucapkan kepada orang-orang terdekat yang sudah memberikan dukungan dan doa agar terselesainya penelitian ini dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Sazali, H. &. (2020). Belanja Online dan Jebakan Budaya Hidup Digital pada Masyarakat Milenial. *Jurnal Simbolika*, 85-96.
- Miranda, S. (2017). Pengaruh Instagram Sebagai Media Online Shopping Fashion Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Riau. *Journal Ilmu Komunikasi*.
- Solihat, A. N. (2018). Pengaruh Literasi Ekonomi Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi Universitas Siliwangi. *Jurnal Kajian Pendidikan Ekonomi Dan Ilmu Ekonomi*, 1-13.
- Rahayuningsih, S. &. (2018). Pengaruh Financial Literacy, Financial Behavior, Financial Attitude, Dan Demografi Terhadap Perilaku Konsumtif. *Jurnal Hasil Penelitian*.
- Santrock, J. W. (2017). *Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Indra, S. d. (2020). Emotion Focused Coping dalam Mereduksi Kecemasan pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Wahana Konseling*.
- Adriyani, J. (2014). Coping Stres Pada Wanita Karier Yang Berkeluarga. *Jurnal Al-Bayan* 21(30), 14.
- Folkman, S. (2013). *Stress, coping, and hope*. In *Psychological aspects of cancer*.
- Monalisa, U. &. (2022). Pengaruh Strategi Emotion-Focused Coping Terhadap Pengelolaan Stres Akademik Mahasiswa Penyusun Skripsi IAIN Bukittinggi. *Indonesian Research Journal on Education*, 947–956.