

HARGA DIRI, KONFORMITAS, DAN GAYA HIDUP HEDONISME PADA PECANDU ALKOHOL

Fernando Bagaskara Goncalves¹, Arthur Huwae²
fernandobagas153@gmail.com¹, arthur.huwae@uksw.edu²
Universitas Kristen Satya Wacana

Abstrak

Perilaku konsumsi alkohol merupakan permasalahan psikososial yang berkaitan dengan kondisi fisik, psikologis, dan pola kehidupan yang berorientasi pada pencarian kesenangan. Gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol dapat berkaitan dengan faktor internal dan sosial, di antaranya harga diri dan konformitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran harga diri dan konformitas sebagai prediktor gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linier berganda. Partisipan berjumlah 332 pecandu alkohol berusia 18-25 tahun yang dipilih melalui *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES), *Conformity Scale*, dan skala gaya hidup hedonisme berdasarkan komponen *Activities, Interests, and Opinions* (AIO). Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri dan konformitas secara simultan berperan signifikan terhadap gaya hidup hedonisme ($R = 0,541$; $R^2 = 0,293$; $F = 68,173$; $p < 0,001$), dengan kontribusi sebesar 29,3%. Secara parsial, harga diri berperan signifikan dengan arah negatif ($\beta = -0,392$; $t = -6,982$; $p < 0,001$), sedangkan konformitas berperan signifikan dengan arah positif ($\beta = 0,377$; $t = 8,003$; $p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin rendah harga diri dan semakin tinggi konformitas, semakin tinggi kecenderungan gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol.

Kata Kunci: Gaya Hidup Hedonisme, Harga Diri, Konformitas, Pecandu Alkohol.

Abstract

Alcohol consumption behavior is a psychosocial issue related to physical and psychological conditions, as well as a lifestyle oriented toward the pursuit of pleasure. A hedonistic lifestyle among alcoholics may be associated with internal and social factors, including self-esteem and conformity. This study aims to determine the role of self-esteem and conformity as predictors of a hedonistic lifestyle among alcoholics. This study employed a quantitative approach using multiple linear regression analysis. The sample consisted of 332 alcoholics aged 18-25 years, selected through purposive sampling. Data were collected using the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), the Conformity Scale, and a hedonistic lifestyle scale based on the Activities, Interests, and Opinions (AIO) components. The results showed that self-esteem and conformity simultaneously had a significant effect on hedonistic lifestyle ($R = 0.541$; $R^2 = 0.293$; $F = 68.173$; $p < 0.001$), accounting for 29.3% of the variance. Partially, self-esteem had a significant negative effect ($\beta = -0.392$; $t = -6.982$; $p < 0.001$), while conformity had a significant positive effect ($\beta = 0.377$; $t = 8.003$; $p < 0.001$). These findings indicate that the lower the self-esteem and the higher the conformity, the greater the tendency toward a hedonistic lifestyle among alcoholics.

Keywords: Hedonistic Lifestyle, Self-Esteem, Conformity, Alcohol Addicts.

PENDAHULUAN

Perilaku penyalahgunaan alkohol merupakan fenomena yang semakin mendapat perhatian dalam ranah kesehatan publik maupun psikologi. Konsumsi alkohol kerap dipandang sebagai bagian dari budaya pergaulan, sarana hiburan, bahkan bentuk pencarian jati diri, terutama pada remaja dan dewasa muda. Penelitian Rizkilla dkk. (2022) mengungkap bahwa faktor utama yang mendorong remaja menjadi pecandu alkohol adalah rasa penasaran, pengaruh lingkungan, dan ajakan teman. Sejalan dengan itu, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa alkohol sering digunakan sebagai sarana membangun jaringan sosial, memperkuat identitas kelompok, dan memperoleh pengakuan sosial di antara teman sebaya (Hiltunen et al., 2022). Namun dibalik fungsinya dalam konteks sosial, alkohol merupakan zat adiktif yang berpotensi menimbulkan dampak serius. Konsumsi berlebihan dalam jangka panjang dapat menyebabkan ketergantungan serta merusak kesehatan fisik, psikologis, maupun sosial (Prabowo & Pratisti, 2017). Ariyanto dkk. (2021) menambahkan bahwa dampak fisik dari konsumsi alkohol berlebihan antara lain kerusakan fungsi organ tubuh, gejala metabolik, hingga kenyamanan sesaat yang menipu.

Hal ini sejalan dengan kriteria diagnostik *Alcohol Use Disorder* (AUD) yang ditetapkan oleh *American Psychiatric Association* (2013), yang menjelaskan bahwa pecandu alkohol mengalami ketergantungan ditandai dengan dorongan kuat untuk mengonsumsi, kesulitan mengendalikan jumlah, dan gejala putus zat ketika berhenti. Seseorang dapat dikategorikan sebagai pecandu alkohol atau mengalami *Alcohol Use Disorder* (AUD) apabila memenuhi kriteria yang telah ditetapkan dalam standar diagnostik internasional, seperti DSM-5/DSM-5-TR dari *American Psychiatric Association* dan ICD-10 dari WHO. Menurut DSM-5, AUD ditandai oleh munculnya paling sedikit dua dari sebelas gejala dalam kurun waktu dua belas bulan, seperti kesulitan mengendalikan jumlah dan frekuensi minum, adanya dorongan kuat atau craving, penggunaan alkohol yang berulang meskipun menimbulkan masalah sosial maupun pekerjaan, serta gejala toleransi dan putus alkohol (*withdrawal*) (*American Psychiatric Association*, 2013; *National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism*, 2021). Berdasarkan jumlah kriteria yang terpenuhi, tingkat keparahan AUD dapat diklasifikasikan menjadi ringan (2-3 gejala), sedang (4-5 gejala), dan berat (≥ 6 gejala). Sementara itu, ICD-10 menekankan aspek ketergantungan melalui ciri-ciri seperti toleransi, gejala putus alkohol, keinginan kuat untuk minum, hilangnya kontrol dalam penggunaan, serta tetap mengonsumsi meski muncul dampak negatif (*World Health Organization*, 1992). Dengan demikian, kriteria ini memberikan dasar ilmiah yang jelas dalam mengidentifikasi seseorang sebagai pecandu alkohol, sekaligus membedakan tingkat keparahan gangguan yang dialami.

Kehidupan pecandu alkohol ditandai oleh dampak multidimensi, mencakup aspek fisik, psikologis, dan sosial yang berpengaruh pada kualitas hidup mereka serta lingkungan sekitar. Studi Kohort berskala besar di Tiongkok dengan lebih dari 367.000 pria dewasa menunjukkan bahwa penderita *Alcohol Use Disorder* (AUD) memiliki kualitas hidup lebih rendah dan risiko kematian lebih tinggi dibandingkan non-AUD (Lu et al., 2022). Dari sisi psikologis, pasien AUD dengan depresi tercatat memiliki skor kualitas hidup yang jauh lebih buruk (Huang et al., 2021). Sementara pengalaman kekerasan masa kecil dan masalah psikologis lain juga memperburuk kondisi kualitas hidup (Luk et al., 2022). Di luar faktor individu, aspek sosial juga berperan signifikan. Studi kualitatif di Inggris menemukan bahwa pecandu alkohol kerap menyembunyikan perilaku mereka karena takut stigma, meskipun secara internal menyadari adanya masalah serius (Orford et al., 2009). Hal ini menciptakan identitas ganda, di mana pecandu merasa rapuh dan kehilangan kendali dan berupaya menjaga citra diri agar tetap terlihat normal dan diterima oleh lingkungan sosialnya (Burns et al., 2021).

Selain itu pada kelompok lanjut usia, konsumsi alkohol sering digunakan sebagai strategi untuk mengatasi emosi negatif, tetapi justru memperburuk kesehatan fisik dan mental (Oliveira

et al., 2022). Dampak konsumsi alkohol juga meluas ke keluarga seperti penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa orang tua dari anak pecandu alkohol mengalami tekanan psikologis dan sosial signifikan, mulai dari rasa malu, penolakan masyarakat, hingga upaya penerimaan (Nurdin, 2023). Dengan demikian, bukti empiris mempertegas bahwa AUD tidak hanya menimbulkan kerugian fisik, tetapi juga memperburuk kondisi psikologis, menimbulkan stigma sosial, serta menambah beban keluarga, sehingga berdampak luas terhadap kualitas hidup secara keseluruhan.

Penyalahgunaan alkohol tidak hanya menimbulkan dampak medis atau psikologis, tetapi juga terkait dengan gaya hidup dan nilai sosial individu. Gaya hidup hedonistik yang menekankan pencarian kesenangan instan tanpa memperhatikan konsekuensi jangka panjang, sering digunakan untuk memahami perilaku ini (Clevinger et al., 2018; Becker & Bernecker, 2024). Studi empiris oleh Walker et al. (2024) menemukan bahwa individu dengan nilai hedonisme yang tinggi memiliki kecenderungan lebih besar untuk mengonsumsi alkohol, karena mereka menempatkan kesenangan dan relaksasi sebagai prioritas utama dalam aktivitas sosialnya. Alkohol kerap berperan sebagai sarana rekreasi, penghilang stres, dan penguat identitas sosial dalam kelompok pergaulan. Selama pandemi COVID-19, konsumsi alkohol meningkat signifikan sebagai mekanisme koping terhadap stres (Wang et al., 2020; Corrigendum, 2020). Individu dengan orientasi nilai hedonistik cenderung mengonsumsi alkohol untuk mencari kesenangan dan sensasi, baik secara sosial maupun personal (Becker & Bernecker, 2024). Dengan demikian, perilaku konsumsi alkohol pada remaja maupun dewasa muda tidak hanya dipengaruhi oleh faktor biologis atau psikologis, tetapi juga berkaitan erat dengan nilai-nilai sosial, budaya, serta orientasi hedonistik. Perilaku minum pada kelompok usia ini kerap selaras dengan karakteristik hedonisme, yaitu pencarian kesenangan sesaat yang pada akhirnya dapat meningkatkan risiko munculnya ketergantungan.

Fenomena gaya hidup hedonistik ini juga tercermin dalam data nasional. Analisis *Global School-Based Student Health Survey* (GSHS) tahun 2015 menunjukkan bahwa sekitar 4-5% remaja usia sekolah (13-17 tahun) di Indonesia melaporkan pernah mengonsumsi alkohol (Prasetyo et al., 2022). Hasil ini sejalan dengan laporan Riskesdas 2018 yang menemukan bahwa perilaku minum pada kelompok usia muda cukup konsisten, meskipun proporsinya masih lebih rendah dibandingkan kelompok dewasa (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Faktor-faktor pendorong konsumsi pada remaja di antaranya adalah rasa ingin tahu, pencarian sensasi, serta konformitas terhadap teman sebaya (Cooper et al., 1992). Hal ini dapat dipahami dalam kerangka *calculated hedonism*, yakni konsumsi alkohol yang dilakukan secara sadar untuk memaksimalkan pengalaman sosial seperti meningkatkan rasa percaya diri atau mempererat hubungan pertemanan (Szmigin et al., 2007).

Penelitian kualitatif oleh Martalegawa (2022) di Jakarta menegaskan bahwa kalangan milenial mengonsumsi alkohol baik secara spontan maupun terencana sebagai bentuk ekspresi diri sekaligus strategi menghadapi tekanan emosional. Studi ini membahas bagaimana alkohol berperan dalam pembentukan identitas sosial serta bagaimana gaya hidup hedonis, konformitas kelompok, dan mekanisme koping saling terkait dalam perilaku minum. Pemahaman mengenai perilaku ini tidak cukup hanya dilihat dari sisi individu, tetapi juga perlu diperhatikan dalam konteks sosial yang lebih luas. Bagi banyak pecandu alkohol, ketergantungan sering dimaknai sebagai bagian dari identitas sosial mereka. Temuan dari narasi individu terpinggirkan di Denmark menunjukkan bahwa alkohol tidak hanya berfungsi sebagai zat adiktif, melainkan juga menjadi bagian dari identitas diri yang terbentuk melalui pengalaman marginalisasi sosial (Eriksen & Hoeck, 2022). Dalam konteks penelitian di Indonesia, penelitian Sutoko dan Latipun (2021) juga mengungkap bahwa motivasi untuk berhenti mengonsumsi alkohol sangat dipengaruhi oleh kesadaran akan dampak kesehatan, dukungan eksternal, serta dorongan internal untuk hidup lebih sehat. Dengan demikian, kehidupan pecandu alkohol dapat dipahami

bukan hanya sebagai persoalan medis, tetapi juga fenomena psikososial yang terkait erat dengan stigma, dinamika keluarga, tekanan sosial, serta strategi koping sehari-hari.

Kerangka sosial-psikologis terkait perilaku minum semakin jelas bila dikaitkan dengan data epidemiologis. Secara global, WHO (2018) mencatat konsumsi alkohol menyebabkan lebih dari tiga juta kematian per tahun dan menyumbang sekitar 5% beban penyakit dunia (GBD 2016 Alcohol Collaborators, 2018). Di Indonesia, Riskesdas 2018 melaporkan prevalensi konsumsi alkohol sebesar 3,7% pada penduduk usia ≥ 15 tahun, dengan gangguan penggunaan alkohol 0,8% dan ketergantungan 0,7% (Kemenkes RI, 2018). Data ini menegaskan bahwa alkoholisme bukan hanya persoalan global, tetapi juga menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia.

Survei awal yang dilakukan peneliti pada 30 responden pecandu alkohol menunjukkan bahwa perilaku hedonistik berada pada kategori sangat tinggi, dengan skor rata-rata 3,68 dari skala 1-4. Mayoritas responden (lebih dari 76%) menyatakan Sangat Setuju pada hampir semua indikator, misalnya sering menghabiskan waktu di luar rumah (83,3%), pergi ke klub malam (83,3%), dan membeli alkohol untuk alasan gengsi (80%). Temuan ini menggambarkan bahwa konsumsi alkohol bukan hanya sekadar hiburan, melainkan bagian dari gaya hidup yang menekankan kesenangan, status sosial, konformitas, dan orientasi hedonistik. Pola tersebut konsisten dengan konsep *calculated hedonism* dari Szmigin et al. (2007) yang menjelaskan bagaimana individu menggunakan alkohol secara sadar untuk memperoleh kesenangan dalam konteks sosial tertentu. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Becker et al. (2024), yang menemukan bahwa kapasitas hedonis berkaitan erat dengan motif peningkatan kesenangan (*enhancement*) maupun mengatasi tekanan (*coping*) dalam perilaku minum. Dengan demikian, hasil survei ini menegaskan bahwa hedonisme berperan penting dalam memengaruhi konsumsi alkohol, yang pada akhirnya dapat meningkatkan risiko penggunaan bermasalah dan menurunkan kualitas hidup.

Selanjutnya untuk memahami mengapa gaya hidup hedonistik begitu kuat memengaruhi perilaku minum alkohol perlunya melihat dari kerangka teoritis. Hedonisme sendiri dapat dipahami sebagai pola hidup di mana seseorang menggunakan waktu dan uangnya untuk mengejar kesenangan (Engel et al., 1994). Pada remaja, perilaku hedonistik dapat dijelaskan melalui *Self-Determination Theory* (SDT), yang menekankan pentingnya pemenuhan tiga kebutuhan psikologis dasar otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial (*relatedness*). Jika kebutuhan ini tidak terpenuhi dengan sehat, remaja cenderung mencari cara lain untuk memperoleh kesenangan dan penerimaan sosial. Salah satu jalannya adalah melalui konsumsi alkohol, misalnya untuk merasa lebih percaya diri (*competence*) atau untuk menjalin kedekatan dengan teman sebaya (*relatedness*). Penelitian terkini mendukung kerangka Sjödin et al. (2021) bahwa motif utama remaja minum alkohol adalah motif sosial dan pencarian kesenangan (*enhancement*), yang berkaitan dengan kebutuhan akan penerimaan kelompok. Hal serupa juga dilaporkan oleh Nagata et al. (2023) bahwa ekspektasi positif terhadap alkohol pada remaja awal berhubungan dengan kecenderungan mulai minum sejak usia muda. Sementara itu, penelitian dari Christensen et al. (2022) di Denmark menunjukkan bahwa konsumsi alkohol pada pelajar terkait dengan kesejahteraan psikososial dan rasa memiliki dalam lingkungan pertemanan. Dengan demikian, bukti empiris terbaru memperkuat pandangan SDT bahwa perilaku hedonistik termasuk minum alkohol, bukan sekadar impulsif melainkan strategi motivasional untuk memenuhi kebutuhan dasar psikologis dalam konteks sosial.

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa tingkat hedonisme yang tinggi dapat menimbulkan berbagai dampak negatif pada remaja maupun orang dewasa. Penelitian mengenai hubungan antara hedonisme dan perilaku minum alkohol menunjukkan bahwa orientasi pada kesenangan atau *enhancement motives* berperan penting dalam mendorong konsumsi alkohol. Hasil meta-analisis terhadap 69 studi dengan total 12.394 partisipan

menemukan bahwa individu cenderung lebih sering mengonsumsi alkohol, dan dalam jumlah yang lebih besar, pada hari-hari ketika mereka mengalami emosi positif (*positive affect*) yang tinggi (Fairbairn et al., 2023). Temuan ini sejalan dengan konsep hedonisme, yaitu kecenderungan mencari pengalaman menyenangkan dan kenikmatan sebagai tujuan utama, yang dalam konteks minum alkohol diwujudkan melalui dorongan untuk merasakan sensasi menyenangkan dari efek alkohol. Sebaliknya, emosi negatif tidak selalu memicu konsumsi alkohol, kecuali pada individu dengan motivasi mengatasi stres (*coping motives*).

Studi di Malaysia menemukan bahwa orang dengan dorongan hedonistik yang kuat cenderung karena memiliki kontrol diri yang rendah, lebih berisiko mengalami penumpukan lemak tubuh, serta melaporkan kesejahteraan psikologis yang lebih rendah (Say et al., 2024). Temuan serupa pada remaja juga memperlihatkan bahwa mereka yang memiliki tingkat *hedonic hunger* tinggi lebih sering mengonsumsi makanan dan minuman tidak sehat secara berulang dalam jangka panjang khususnya alkohol dibandingkan dengan mereka yang tingkat hedonisemnya rendah (Mason et al., 2020). Dalam konteks perilaku minum alkohol, penelitian lain menunjukkan bahwa sikap positif terhadap binge drinking berhubungan dengan meningkatnya kebiasaan minum berlebihan dari waktu ke waktu (Marino et al., 2013). Dengan demikian, hedonisme yang tinggi tidak hanya mendorong perilaku konsumtif alkohol, tetapi juga memperkuat pola perilaku berisiko yang dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik, kesejahteraan mental, dan kualitas hidup individu.

Namun demikian, hedonisme yang rendah juga memiliki konsekuensi tertentu. Penelitian di Italia menunjukkan bahwa individu dengan *reduced hedonic tone* atau kesulitan merasakan kesenangan justru lebih rentan mengalami gejala depresi, terutama bila disertai kesulitan mengatur emosi (Moccia et al., 2021). Orang dengan tingkat hedonisme yang rendah atau sering disebut anhedonia (kesulitan merasakan kesenangan) rentan mengalami masalah penggunaan alkohol. Sebuah penelitian berskala besar di Amerika yang melibatkan lebih dari 30.000 responden menemukan bahwa individu dengan gangguan penggunaan alkohol memiliki risiko dua hingga tiga kali lebih tinggi mengalami *anhedonia*, yaitu ketidakmampuan merasakan kesenangan, dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki masalah alkohol (Leventhal et al., 2022). Hasil serupa terlihat pada penelitian terhadap remaja dewasa, di mana anhedonia terbukti menjadi penghubung antara pengalaman traumatis masa kecil dan munculnya gejala kecanduan alkohol. Dengan kata lain, trauma masa lalu dapat membuat seseorang sulit merasakan kesenangan, lalu kondisi itu mendorongnya menggunakan alkohol sebagai pelarian (Lutz et al., 2024). Akan tetapi, penelitian lain menegaskan bahwa ketika hedonisme rendah diseimbangkan dengan orientasi pada hidup bermakna (*eudaimonia*), individu cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi (Chen & Zeng, 2021). Bahkan penelitian terbaru menemukan bahwa pengendalian dorongan hedonistik secara sehat, misalnya melalui pola makan sadar (*intuitive eating*), berkaitan dengan kualitas tidur dan kesehatan mental yang lebih baik (Ateş et al., 2024). Dengan demikian, baik hedonisme yang terlalu tinggi maupun terlalu rendah sama-sama dapat menimbulkan dampak, sehingga keseimbangan antara menikmati kesenangan dan mengejar tujuan hidup bermakna menjadi kunci untuk menjaga kesehatan fisik, mental, dan kualitas hidup secara optimal.

Untuk memahami bagaimana terbentuknya hedonisme, perlu ditinjau faktor-faktor yang memengaruhinya, baik dari aspek psikologis maupun sosial. Dari sisi psikologis, harga diri menjadi faktor penting karena individu dengan harga diri rendah cenderung mengekspresikan dirinya melalui konsumsi simbolis dan aktivitas hedonis sebagai bentuk kompensasi untuk menutupi perasaan kurang berharga serta meningkatkan citra diri (Coskuner-Balli, 2020; Bowman et al., 2022). Sementara itu, dari sisi sosial konformitas mendorong individu mengikuti tren konsumtif agar diterima oleh kelompok sebayanya (Mainolfi, 2019; Kusherawati & Hasanah, 2022).

Penelitian terbaru bahkan menunjukkan bahwa harga diri dan lingkungan teman sebaya berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumtif dengan gaya hidup hedonis sebagai mediator. Temuan ini menegaskan bahwa kedua faktor tersebut saling melengkapi dan secara bersama-sama berkontribusi membentuk perilaku hedonis (Miswanto dkk., 2024). Faktor yang paling banyak diteliti adalah harga diri, yang dapat dipahami sebagai perasaan umum atau evaluasi terhadap diri sendiri, baik secara positif maupun negatif (Rosenberg, 2015). Harga diri tersusun dari dua aspek, yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Penerimaan diri berarti individu dapat menerima semua hal yang ada pada dirinya, sedangkan penghargaan diri berkaitan dengan bagaimana individu menghormati serta menghargai dirinya sendiri. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa harga diri memiliki hubungan erat dengan perilaku penyalahgunaan alkohol. Lau et al. (2023) menemukan bahwa harga diri berperan sebagai mediator antara kesepian dan penggunaan alkohol bermasalah, di mana rendahnya harga diri memperkuat pengaruh kesepian terhadap kecenderungan minum berlebihan. Hal ini sejalan dengan temuan Crozier et al. (2023) yang menegaskan bahwa self-stigma pada pecandu alkohol berkaitan dengan tingkat keparahan gangguan penggunaan alkohol, yang pada akhirnya semakin menurunkan harga diri.

Selanjutnya, Schick et al. (2021) juga menemukan bahwa motif sosial dan hedonistik dalam konsumsi alkohol berhubungan dengan rendahnya harga diri, sehingga individu yang kurang percaya diri lebih rentan minum untuk menyesuaikan diri dengan kelompok sosial. Penelitian di Nigeria oleh Afamefuna et al. (2022) juga memperlihatkan bahwa harga diri tidak hanya berperan secara langsung, tetapi juga memediasi pengaruh trait kepribadian terhadap penyalahgunaan alkohol. Lebih lanjut, studi klinis di Korea menunjukkan bahwa pada pecandu alkohol, harga diri berkaitan erat dengan kemampuan koping dan tingkat kesadaran diri terhadap kecanduan (Hyun et al., 2013). Pada kelompok remaja dan mahasiswa, harga diri tinggi justru berfungsi sebagai faktor protektif, karena individu dengan harga diri tinggi cenderung lebih kecil kemungkinan mengonsumsi alkohol secara berisiko (Diaz et al., 2010). Sebaliknya, penelitian dari Afrah et al. (2023) menemukan bahwa harga diri rendah berhubungan dengan tingginya depresi serta stigma internal pada pasien pecandu alkohol, sehingga memperburuk kondisi psikologis mereka.

Secara keseluruhan, temuan-temuan tersebut menegaskan bahwa harga diri merupakan faktor kunci dalam membentuk perilaku terkait alkohol, baik pada tahap awal risiko maupun dalam keberlanjutan dinamika kecanduan. Namun, penting untuk disadari bahwa harga diri bukanlah satu-satunya faktor yang memengaruhi, sebab aspek sosial juga memiliki peran signifikan. Salah satu faktor sosial yang paling relevan dalam konteks ini adalah konformitas, yaitu kecenderungan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Konformitas dapat dipahami sebagai keinginan individu untuk meniru dan mengikuti gagasan, nilai, serta perilaku orang lain demi memperoleh penerimaan sosial di sekitarnya (Mehrabian & Stefl, 1995). Dalam praktiknya konformitas muncul dalam tiga bentuk utama. Pertama, keinginan meniru kelompok, di mana individu cenderung meniru perilaku orang-orang dominan dalam kelompoknya agar merasa diterima secara sosial dan lebih percaya diri dalam berinteraksi. Kedua, bergabung untuk menghindari konflik, yakni usaha individu mengikuti norma kelompok demi menjaga keharmonisan hubungan sosial. Ketiga, memicu pengikut kelompok, ketika individu merasa bingung dalam mengambil keputusan sehingga lebih mudah mengikuti perilaku kelompok tanpa mempertanyakannya, yang membuat mereka rentan dipengaruhi dan dikendalikan orang lain.

Temuan empiris mendukung pentingnya faktor ini Moustafa dkk. (2024) menemukan bahwa orang dengan motivasi konformitas tinggi lebih mudah menyesuaikan perilaku minumnya dengan kelompok sosial. Sejalan dengan itu, Zamboanga et al. (2024) menunjukkan bahwa mengikuti norma maskulin juga berhubungan dengan pola minum dan konsekuensi

terkait alkohol. Dengan demikian, konformitas tinggi mencerminkan adanya dorongan kuat untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, yang pada gilirannya dapat meningkatkan risiko konsumsi alkohol berlebihan dan memperkuat perilaku hedonistik.

Berdasarkan uraian fenomena di atas, dapat disimpulkan bahwa harga diri dan konformitas merupakan dua faktor yang saling melengkapi dalam membentuk gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol. Individu dengan harga diri rendah dan konformitas tinggi lebih mudah terpengaruh oleh tekanan sosial, sehingga lebih berisiko mengonsumsi alkohol sebagai sarana memperoleh kesenangan dan penerimaan sosial, yang pada akhirnya dapat memperkuat pola hidup hedonistik. Tujuan dari penelitian untuk mengetahui peran harga diri dan konformitas sebagai prediktor dalam memprediksi gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol. Sedangkan hipotesis penelitian ini adalah harga diri dan konformitas berperan memprediksi gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol.

METODE

Desain

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain regresi linier berganda untuk menganalisis peran harga diri dan konformitas sebagai prediktor gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol.

Partisipan

Populasi dalam penelitian ini adalah individu yang merupakan pecandu alkohol. Sampel dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria laki-laki dan perempuan yang merupakan pecandu alkohol serta memenuhi kriteria partisipan yang telah ditetapkan dalam penelitian. Jumlah partisipan yang memenuhi kriteria penelitian adalah 332 pecandu alkohol usia 18-25 Tahun dari seluruh wilayah Indonesia. Data demografis partisipan, meliputi jenis kelamin, usia, alasan mengonsumsi alkohol, dan durasi konsumsi alkohol, disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Demografis Partisipan Penelitian

No	Klasifikasi Partisipan	Keterangan	Frekuensi	Presentase
1	Jenis Kelamin	Laki-Laki	196	59,04%
		Perempuan	136	40,96%
		Total	332	100%
2	Kelompok Usia	18 Tahun	11	3,31%
		19 Tahun	21	6,33%
		20 Tahun	18	5,42%
		21 Tahun	69	20,78%
		22 Tahun	39	11,75%
		23 Tahun	98	29,52%
		24 Tahun	36	10,84%
		25 Tahun	40	12,05%
3	Alasan mengonsumsi alkohol	Total	332	100%
		Rasa ingin tahu	173	52,11%
		Pengaruh teman sebaya	157	47,29%
		Mengatasi stres	2	0,60%
4	Kategori lama mengonsumsi alkohol	Total	332	100%
		< 1 Tahun	16	4,82%
		2 Tahun	79	23,80%
		3 Tahun	103	31,02%
		4 Tahun	83	25,00%
		5 Tahun	40	12,05%
		> 5 Tahun	11	3,31%
		Total	332	100%

Prosedur

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan tiga skala psikologi, yaitu skala harga diri, skala konformitas, dan skala gaya hidup hedonisme. Sebelum didistribusikan kepada partisipan, seluruh skala telah melalui uji validitas konstruk dan validitas isi (*content validity*) oleh 3 orang *expert judgement*. Selanjutnya, dilakukan pengurusan perizinan penelitian dan penelitian ini telah mendapatkan persetujuan kelayakan etik dari Komisi Etik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang dengan Nomor E.6.m/419/KE-FPsi-UMM/XI/2025. Instrumen penelitian disusun dalam bentuk kuesioner daring yang disebarakan melalui Google Form kepada partisipan di seluruh wilayah Indonesia. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 5 Juli 2026 hingga 30 Agustus 2026. Sebelum mengisi kuesioner, partisipan diminta membaca dan menyetujui informed consent sebagai bentuk persetujuan berpartisipasi dalam penelitian. Setelah memberikan persetujuan, partisipan dapat melanjutkan pengisian kuesioner yang memuat skala harga diri, konformitas, dan gaya hidup hedonisme.

Instrumen

1. Skala Harga Diri

Harga diri dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) dari Rosenberg (2015) berdasarkan aspek-aspek harga diri yang meliputi penerimaan diri dan penghormatan diri. Alat ukur ini terdiri dari 10 aitem yang terdiri dari 5 favorable dan 5 unfavorable. Skala ini memiliki 4 opsi respons dari skala Likert yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Skala ini kemudian disesuaikan kembali oleh peneliti berdasarkan konteks partisipan yang digunakan dalam penelitian dan akan divalidasi oleh *expert judgment*. Dari hasil uji skala diperoleh semua aitem lolos dengan nilai reliabilitas Alpha Cronbach sebesar 0,925.

2. Skala Konformitas

Skala konformitas diukur menggunakan *conformity scale* dari Mehrabian dan Stefl (1995) yang disusun dari aspek aspek konformitas yang meliputi keinginan untuk meniru kelompok, bergabung untuk menghindari konflik, dan memicu pengikut kelompok. Alat ukur terdiri dari 7 aitem favorable dan 4 aitem unfavorable, dengan empat pilihan jawaban sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Skala ini kemudian disesuaikan kembali oleh peneliti berdasarkan konteks partisipan yang digunakan dalam penelitian dan akan divalidasi oleh *expert judgment*. Dari hasil uji skala diperoleh semua aitem lolos dengan nilai reliabilitas Alpha Cronbach sebesar 0,897.

3. Skala Gaya Hidup Hedonisme

Gaya hidup hedonisme dalam penelitian ini diukur menggunakan skala AIO yang dikembangkan oleh Engel et al. (1994), yang terdiri dari tiga komponen yaitu activities, interests dan opinions. Alat ukur ini terdiri dari 9 aitem favorable dan semuanya aitem pertanyaan merupakan aitem favorable. Skala AIO disusun menggunakan skala Likert yang terdiri dari empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak sesuai (TS), Sangat tidak sesuai (STS). Skala ini kemudian disesuaikan kembali oleh peneliti berdasarkan konteks partisipan yang digunakan dalam penelitian dan akan divalidasi oleh *expert judgment*. Dari hasil uji skala diperoleh semua aitem lolos dengan nilai reliabilitas Alpha Cronbach sebesar 0,915.

Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data statistik yaitu analisis regresi linier berganda menggunakan *Statistical Program for Social Science* (SPSS) 27 version for Windows.

HASIL PENELITIAN

Uji Statistik Deskriptif

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif pada Tabel 2 dengan melibatkan 332 partisipan, diketahui bahwa variabel harga diri memiliki skor minimum 10, maksimum 30, rata-rata 20,04, dan standar deviasi 4,162. Pada variabel konformitas diperoleh skor minimum 22, maksimum 44, rata-rata 35,70, dan standar deviasi 4,802. Kemudian, pada variabel gaya hidup hedonisme, diperoleh skor minimum 18, maksimum 36, rata-rata 28,91, dan standar deviasi 4,029.

Tabel 2. Statistik Deskriptif

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Harga Diri	332	10	30	20,04	4,162
Konformitas	332	22	44	35,70	4,802
Gaya Hidup Hedonisme	332	18	36	28,91	4,029

Uji Hipotesis

Hasil uji koefisien determinasi pada Tabel 3. menunjukkan bahwa variabel harga diri dan konformitas secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 29,3% terhadap variabel gaya hidup hedonisme, sementara 70,7% sisanya diprediksi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Nilai R sebesar 0,541, R Square sebesar 0,293, Adjusted R Square sebesar 0,289, dan Std. Error of the Estimate sebesar 3,398.

Table 3. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,541 ^a	0,293	0,289	3,398

Hasil uji simultan pada Tabel 4. diperoleh nilai F sebesar 68,173 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa variabel harga diri dan konformitas secara bersama-sama berperan signifikan sebagai prediktor terhadap gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol. Dengan demikian, model regresi dalam penelitian ini dinyatakan signifikan dan layak digunakan untuk memprediksi variabel gaya hidup hedonisme.

Tabel 4. Hasil Uji Simultan Nilai F

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Harga Diri	1574,610	2	787,305	68,173	0,000 ^b
	Konformitas	3799,496	329	11,549		
	Total	5374,105	331			

Hasil uji parsial nilai t pada Tabel 5. menunjukkan bahwa harga diri berperan secara signifikan sebagai prediktor terhadap gaya hidup hedonisme ($t = -6,982$ dan Sig. = 0,000). Arah koefisien yang negatif menunjukkan bahwa semakin rendah harga diri, semakin tinggi kecenderungan gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol. Begitu juga konformitas berperan secara signifikan sebagai prediktor terhadap gaya hidup hedonisme ($t = 8,003$ dan Sig. = 0,000). Arah koefisien yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi konformitas, semakin tinggi pula kecenderungan gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol.

Tabel 5. Hasil Uji Parsial Nilai t

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	23,997	1,818		13,198	0,000
	Harga Diri	-,318	0,046	-0,392	-6,982	0,000
	Konformitas	0,316	0,039	0,377	8,003	0,000

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis mayor yang diajukan diterima dengan bukti bahwa harga diri dan konformitas secara bersamaan menjadi prediktor secara signifikan terhadap tingkat hedonisme pada pecandu alkohol. Dari sisi psikologis, harga diri menjadi

faktor penting karena individu dengan harga diri rendah cenderung mengekspresikan dirinya melalui konsumsi simbolis dan aktivitas hedonis sebagai bentuk kompensasi untuk menutupi perasaan kurang berharga serta meningkatkan citra diri (Coskuner-Balli, 2020; Bowman et al., 2022). Sementara itu, dari sisi sosial konformitas mendorong individu mengikuti tren konsumtif agar diterima oleh kelompok sebayanya (Mainolfi, 2019; Kuserawati & Hasanah, 2022). Penelitian terbaru bahkan menunjukkan bahwa harga diri dan konformitas berpengaruh signifikan terhadap perilaku konsumtif dengan gaya hidup hedonis sebagai mediator. Temuan ini menegaskan bahwa kedua faktor tersebut saling melengkapi dan secara bersamaan berkontribusi membentuk perilaku hedonis (Miswanto dkk., 2024).

Dinamika pengaruh harga diri dan konformitas dapat dilihat melalui interaksi individu dalam kehidupan sosialnya, di mana kedua variabel ini saling berkontribusi dalam memengaruhi tingkat hedonisme. Dalam kehidupan sehari-hari, individu dengan harga diri yang rendah cenderung lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan sosialnya, sehingga meningkatkan kecenderungan untuk berperilaku sesuai dengan norma kelompok, termasuk dalam mengadopsi gaya hidup hedonis. Hal ini didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat harga diri berperan dalam menentukan sejauh mana individu melakukan konformitas terhadap kelompok sosial, di mana individu dengan harga diri yang lebih rendah cenderung lebih mudah menyesuaikan diri dengan norma kelompok untuk memperoleh penerimaan sosial (Field et al., 2023). Secara teoritis, individu dengan harga diri rendah juga lebih bergantung pada evaluasi eksternal dan lebih sensitif terhadap penerimaan sosial (Leary & Baumeister, 2000). Sebaliknya, individu dengan harga diri yang tinggi memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mempertahankan nilai dan prinsip pribadi, sehingga tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial yang dapat mengarah pada perilaku hedonisme (Baumeister, 1998).

Dalam konteks individu yang memiliki kecenderungan perilaku konsumsi alkohol, temuan penelitian mengenai hedonisme memiliki makna yang sangat penting. Individu yang mengkonsumsi alkohol seringkali menghadapi berbagai tekanan sosial, kebutuhan akan penerimaan kelompok, serta dinamika psikologis yang kompleks, yang dapat mendorong munculnya perilaku yang berorientasi pada kesenangan dan pemenuhan kebutuhan secara instan (Becker & Bernecker, 2024). Selain itu, interaksi antara harga diri dan konformitas turut berkontribusi dalam memperkuat kecenderungan tersebut, di mana individu dengan tingkat harga diri tertentu cenderung menyesuaikan diri dengan norma kelompok untuk memperoleh penerimaan sosial (Field et al., 2023). Oleh karena itu, pemahaman mendalam mengenai harga diri dan konformitas secara bersama-sama dalam memengaruhi perilaku hedonisme menjadi sangat krusial. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya menerapkan pendekatan yang komprehensif dalam memahami perilaku konsumsi alkohol. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada aspek perilaku semata, tetapi juga memberikan perhatian pada faktor psikologis internal seperti harga diri serta faktor sosial seperti konformitas, yang secara simultan terbukti berperan dalam membentuk dan memperkuat kecenderungan perilaku hedonisme pada individu.

Hasil analisa hipotesis minor 1 yang diajukan terbukti diterima, yaitu bahwa harga diri memiliki prediktor secara signifikan terhadap gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol. Pecandu alkohol yang memiliki tingkat harga diri yang rendah cenderung menunjukkan tingkat gaya hidup hedonisme yang lebih tinggi. Hal ini disebabkan oleh rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri yang mendorong individu untuk mencari kompensasi dalam bentuk kesenangan instan guna mengurangi perasaan tidak berharga, ketidakpuasan diri, serta tekanan psikologis yang dialami. Individu dengan harga diri rendah cenderung menggunakan alkohol sebagai strategi coping yang maladaptif, terutama untuk mengatasi emosi negatif dan menyesuaikan diri secara sosial (Schick et al., 2022; Cooper et al., 1995). Selain itu, individu

dengan tingkat distress psikologis yang tinggi lebih rentan mengonsumsi alkohol sebagai bentuk regulasi emosi dan pencarian kesenangan sementara (Kuntsche et al., 2005; Merrill & Thomas, 2012).

Sebaliknya, pecandu alkohol yang memiliki harga diri yang tinggi cenderung menunjukkan tingkat gaya hidup hedonisme yang lebih rendah. Individu dengan harga diri yang positif memiliki penerimaan diri yang lebih baik, kontrol diri yang lebih kuat, serta kemampuan coping yang lebih adaptif dalam menghadapi tekanan hidup, sehingga tidak bergantung pada kesenangan sesaat untuk mencapai kepuasan (Baumeister et al., 2003; Orth et al., 2012). Dengan demikian, harga diri berperan penting dalam menentukan kecenderungan individu dalam mengadopsi gaya hidup hedonisme, khususnya dalam konteks penggunaan alkohol sebagai bentuk coping yang bersifat hedonistik.

Beralih ke dinamika antara konformitas dan hedonisme pada pecandu alkohol. Hasil analisa hipotesis minor 2 yang diajukan terbukti diterima, yaitu bahwa konformitas memiliki prediktor secara signifikan terhadap gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol. Pecandu alkohol yang memiliki tingkat konformitas yang tinggi cenderung menunjukkan tingkat gaya hidup hedonisme yang lebih tinggi. Hal ini disebabkan oleh kecenderungan individu untuk menyesuaikan diri dengan norma dan tekanan kelompok sosial, sehingga individu terdorong untuk mengikuti pola perilaku kelompok yang berorientasi pada kesenangan, termasuk konsumsi alkohol sebagai sarana memperoleh kenikmatan.

Selain itu, penelitian yang lebih mutakhir menunjukkan bahwa konformitas memiliki hubungan positif dan signifikan dengan gaya hidup hedonisme, di mana semakin tinggi tingkat konformitas individu maka semakin tinggi pula kecenderungan gaya hidup hedonis yang ditunjukkan (Arinda, 2021). Dalam konteks perilaku konsumsi alkohol, tekanan teman sebaya (*peer pressure*) juga terbukti meningkatkan kecenderungan individu untuk mengonsumsi alkohol sebagai bentuk penyesuaian sosial dan pencarian kesenangan bersama (Kuntsche et al., 2005; Merrill & Thomas, 2012). Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa pengaruh kelompok sebaya tetap menjadi faktor kuat dalam membentuk perilaku konsumsi alkohol, terutama pada individu yang memiliki kebutuhan tinggi untuk diterima dalam kelompok sosialnya (Liu et al., 2023)

Sebaliknya, pecandu alkohol yang memiliki tingkat konformitas yang rendah cenderung menunjukkan tingkat gaya hidup hedonisme yang lebih rendah. Individu dengan tingkat konformitas rendah memiliki kemandirian yang lebih tinggi dalam pengambilan keputusan, kemampuan untuk menolak tekanan sosial, serta kontrol diri yang lebih baik dalam menentukan perilaku yang sesuai dengan nilai pribadi. Hal ini membuat individu tidak mudah terpengaruh oleh norma kelompok yang mendorong perilaku hedonis, termasuk konsumsi alkohol sebagai bentuk kesenangan sesaat (Baron & Byrne, 2000). Dengan demikian, konformitas berperan penting dalam menentukan kecenderungan individu dalam mengadopsi gaya hidup hedonisme, khususnya dalam konteks penggunaan alkohol sebagai bentuk penyesuaian sosial yang bersifat hedonistik.

Dari hasil yang telah dipaparkan, penelitian ini menghadirkan temuan yang memberikan kontribusi penting dalam memahami dinamika psikologis pada pecandu alkohol, khususnya terkait hubungan antara harga diri, konformitas, dan gaya hidup hedonisme. Temuan utama menunjukkan bahwa baik harga diri maupun konformitas memiliki peran dalam memprediksi gaya hidup hedonisme, namun dengan arah pengaruh yang berbeda. Harga diri yang rendah berkaitan dengan peningkatan kecenderungan hedonisme, sementara konformitas yang tinggi juga memperkuat kecenderungan tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal individu, tetapi juga oleh tekanan sosial dari lingkungan sekitarnya.

Lebih lanjut, penelitian ini mengungkapkan kompleksitas hubungan antar variabel, di mana konformitas tidak hanya berperan sebagai faktor sosial yang berdiri sendiri, tetapi juga berpotensi memperkuat dampak rendahnya harga diri terhadap gaya hidup hedonisme. Dengan kata lain, individu dengan harga diri rendah yang berada dalam lingkungan sosial dengan tingkat konformitas tinggi cenderung lebih rentan mengadopsi gaya hidup hedonis. Temuan ini menantang pendekatan linear yang hanya melihat pengaruh masing-masing variabel secara terpisah, serta menegaskan pentingnya memahami interaksi antara faktor intrapersonal (harga diri) dan interpersonal (konformitas) dalam menjelaskan perilaku hedonistik, khususnya dalam konteks konsumsi alkohol.

Meskipun hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara harga diri, konformitas, dan gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol, temuan ini tetap perlu ditafsirkan secara hati-hati dengan mempertimbangkan beberapa keterbatasan penelitian. Jumlah responden dalam penelitian ini cukup besar, yaitu 332 orang, sehingga memberikan kekuatan pada hasil analisis. Namun, karena teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, sampel yang diperoleh belum tentu dapat mewakili seluruh populasi pecandu alkohol secara menyeluruh.

Selain itu, penelitian ini juga belum sepenuhnya mengakomodasi faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi gaya hidup hedonisme, seperti kondisi keluarga, faktor ekonomi, maupun tingkat distress psikologis individu. Selain itu, meskipun data mengenai durasi konsumsi alkohol telah dikumpulkan, variabel tersebut belum dianalisis lebih lanjut dalam kaitannya dengan variabel utama penelitian, sehingga belum memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai peran lamanya konsumsi alkohol dalam membentuk gaya hidup hedonistik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa harga diri dan konformitas secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol. Secara parsial, harga diri dan konformitas juga berpengaruh terhadap gaya hidup hedonisme. Harga diri yang rendah berkaitan dengan meningkatnya kecenderungan gaya hidup hedonisme, sedangkan konformitas yang tinggi turut memperkuat kecenderungan tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol tidak hanya berkaitan dengan faktor internal individu, tetapi juga dengan faktor sosial. Individu dengan harga diri rendah cenderung mencari kesenangan sesaat sebagai bentuk kompensasi terhadap perasaan negatif, sedangkan individu dengan konformitas tinggi lebih mudah mengikuti norma dan tekanan kelompok sosial. Dengan demikian, pemahaman terhadap faktor psikologis dan sosial secara bersamaan penting dalam upaya mengurangi kecenderungan gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol.

Berdasarkan temuan tersebut, pecandu alkohol disarankan untuk meningkatkan harga diri melalui kegiatan positif dan produktif serta mengembangkan kemampuan coping yang adaptif agar tidak bergantung pada kesenangan sesaat dalam menghadapi tekanan psikologis. Keluarga diharapkan memberikan dukungan emosional, menciptakan lingkungan yang terbuka dan suportif, serta membantu individu menghadapi pengaruh sosial yang negatif. Bagi psikolog, konselor, dan pekerja sosial, hasil penelitian ini dapat menjadi pertimbangan dalam mengembangkan intervensi yang mengintegrasikan peningkatan harga diri dan pengelolaan pengaruh sosial melalui konseling individu maupun kelompok. Selain itu, program edukasi mengenai dampak konsumsi alkohol dan gaya hidup hedonisme serta pelatihan keterampilan menghadapi tekanan kelompok perlu dikembangkan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih beragam dan menggunakan desain longitudinal serta mempertimbangkan variabel lain, seperti kondisi keluarga, faktor ekonomi, dan distress

psikologis, sehingga pemahaman mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan gaya hidup hedonisme pada pecandu alkohol dapat diperoleh secara lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Afamefuna, O. O., Jude, O. E., & Nnarmeka, C. A. (2022). Mediating Influence of Self Esteem in the Prediction between Personality Traits and Alcohol Abuse Among Ebonyi State University Students. *Asian Journal of Medicine and Health*, 235–246. <https://doi.org/10.9734/ajmah/2022/v20i11762>
- Afrah, P. S., & Vimala, M. (2023). Internalized stigma, self-esteem, and depression among patients with alcohol substance use disorder. *International Journal of Indian Psychology*, 11(3), 907–916. <https://doi.org/10.25215/1103.086>
- Ahmed, F., & Smith, L. (2020). Alcohol consumption during the COVID-19 pandemic: A global survey. *Addictive Behaviors*, 110, 106536. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106536>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing. <https://psychiatryonline.org/doi/book/10.1176/appi.books.9780890425787>
- Arinda, D. (2021). Konformitas dengan gaya hidup hedonisme pada mahasiswa. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 528. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6497>
- Ariyanto, A., Ismanto, H. S., & Ajie, G. R. (2021). Analisis dampak kecanduan minuman keras pada mahasiswa terhadap prestasi belajar. *Widya Wastara: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 1(3), 1–10. <https://widyasari-press.com/category/jurnal-widya-wastara-vol-1/vol-1-no-3-november-2021-jurnal-widya-wastara-vol-1/>
- Ateş, K. S., Bakırhan, H., & Kalkan, I. (2024). Mental health and sleep quality: are intuitive eating, hedonic hunger and diet quality, determinants? a cross-sectional study. *Malawi Medical Journal*, 36(2), 80–89. <https://doi.org/10.4314/mmj.v36i2.4>
- Azwar, S. (2019). *Reliabilitas dan validitas* (Edisi 4). Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia. (2022). Laporan kinerja BNN 2022. BNN RI. <https://ppid.bnn.go.id/konten/unggah/2020/10/Laporan-Kinerja-BNN-2022.pdf>
- Badan Narkotika Nasional. (2019). Survei nasional penyalahgunaan narkoba di 34 provinsi tahun 2019. Badan Narkotika Nasional. https://perpustakaan.bnn.go.id/sites/default/files/Buku_Digital_2021-03/BK0191_Survei_Prevalensi_Penyalahgunaan_Narkoba_2019_BNN_LIPI.pdf
- Becker, D., & Bernecker, K. (2024). Happy Hour: The association between trait hedonic capacity and motivation to drink alcohol. *Addictive Behaviors Reports*, 19, 100537. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2024.100537>
- Bowman, N. D., Rieger, D., & Lin, J. T. (2022). Social video gaming and well-being. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101316. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101316>
- Burns, V. F., Walsh, C. A., & Smith, J. (2021). A Qualitative Exploration of Addiction Disclosure and Stigma among Faculty Members in a Canadian University Context. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), 7274. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147274>
- Chen, H., & Zeng, Z. (2021). When do hedonic and eudaimonic orientations lead to happiness? Moderating Effects of orientation priority. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 9798. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189798>
- Christensen, A. S. P., Pisinger, V., Krarup, A. F., Dalum, P., Thygesen, L. C., & Tolstrup, J. S. (2022). Alcohol consumption and well-being among 25,000 Danish high school students. *Preventive Medicine Reports*, 31, 102072. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2022.102072>
- Cipto, & Kuncoro, J. (2009). Harga diri dan konformitas terhadap kelompok dengan perilaku minum minuman beralkohol pada remaja. *Proyeksi*, 5(1), 75–85. <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/proyeksi/article/view/239>
- Cooper, M. L., Russell, M., Skinner, J. B., & Windle, M. (1992). Development and validation of a three-dimensional measure of drinking motives. *Psychological Assessment*, 4(2), 123–132. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.4.2.123>

- Corrigendum. (2020). *Addiction*, 115(4), 789. <https://doi.org/10.1111/add.14968>
- Coskuner-Balli, G. (2020). Citizen-Consumers Wanted: Revitalizing the American Dream in the face of Economic Recessions, 1981–2012. *Journal of Consumer Research*, 47(3), 327–349. <https://doi.org/10.1093/jcr/ucz059>
- Creswell, K. G. (2020). Drinking together and drinking alone: A social-contextual framework for understanding adolescent and young adult alcohol use. *Psychiatry Research*, 289, 113017. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113017>
- Crozier, M. E., Farokhnia, M., Persky, S., Leggio, L., & Curtis, B. (2023). Relationship between self-stigma about alcohol dependence and severity of alcohol drinking and craving. *BMJ Mental Health*, 26(1), e300852. <https://doi.org/10.1136/bmjment-2023-300852>
- Dewantari, J. P., & Handayani, A. (2024). Hubungan antara konformitas dan harga diri terhadap gaya hidup hedonisme pada siswa SMAS Nasima Semarang. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 6(0). <https://doi.org/10.30659/psisula.v6i0.39286>
- Domagalski, T. A., & Kasser, T. (2004). The high price of materialism. *Academy of Management Review*, 29(1), 135. <https://doi.org/10.2307/20159018>
- Droste, N., Tonner, L., Zinkiewicz, L., Pennay, A., Lubman, D. I., & Miller, P. (2014). Combined alcohol and energy drink use: motivations as predictors of consumption patterns, risk of alcohol dependence, and experience of injury and aggression. *Alcoholism Clinical and Experimental Research*, 38(7), 2087–2095. <https://doi.org/10.1111/acer.12438>
- Engel, J. F. (1994). *Consumer Behavior Jilid 1*, Alih Bahasa Budiyo. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Eriksen, L. L., & Hoeck, B. (2021). The construction of meaning in alcohol addiction: A narrative study of socially excluded people's stories about alcohol. *Nordic Studies on Alcohol and Drugs*, 39(1), 76–88. <https://doi.org/10.1177/1455072521999220>
- Field, N. H., Choukas-Bradley, S., Giletta, M., Telzer, E. H., Cohen, G. L., & Prinstein, M. J. (2023). Why adolescents conform to high-status peers: Associations among conformity, identity alignment, and self-esteem. *Child Development*, 95(3), 879–894. <https://doi.org/10.1111/cdev.14038>
- Garcia, M. (2024). Social and conformity drinking motives as a mediator of the association between collective self-esteem and alcohol quantity among college students (Doctoral dissertation). University of Southern Mississippi. <https://aquila.usm.edu/dissertations/2149>
- GBD 2016 Alcohol Collaborators. (2018). Alcohol use and burden for 195 countries and territories, 1990–2016: A systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *The Lancet*, 392(10152), 1015–1035. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31310-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31310-2)
- Hammarberg, K., Sartore, G., Cann, W., & Fisher, J. R. (2014). Barriers and promoters of participation in facilitated peer support groups for carers of children with special needs. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 28(4), 775–783. <https://doi.org/10.1111/scs.12110>
- Hill, Z., Spiegel, M., & Gennetian, L. A. (2020). Pride-Based Self-Affirmations and Parenting Programs. *Frontiers in Psychology*, 11, 910. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.0091>
- Hiltunen, L., Kvillemo, P., Demetry, Y., Gripenberg, J., Elgán, T. H., & Skoglund, C. (2022). Risky drinking cultures among affluent youth in Sweden. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.867802>
- Huang, H., Shen, H., Ning, K., Zhang, R., Sun, W., Li, B., Jiang, H., Wang, W., Du, J., Zhao, M., Yi, Z., Li, J., Zhu, R., Lu, S., Xie, S., Wang, X., Fu, W., Gao, C., & Hao, W. (2021). Quality of life and its correlates in *Alcohol Use Disorder* patients with and without depression in China. *Frontiers in Psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.627338>
- Hyun, M., Woo, J., & Kim, H. (2013). Insight, Self-esteem, and Coping Skills among Patients with Alcohol Addiction. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 22(3), 137. <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2013.22.3.137>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Laporan nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. <https://repository.kemkes.go.id/book/1323>
- Kiefer, F., et al. (2022). Anhedonia in alcohol use disorder: A systematic review. *Addiction Biology*, 27(3), e13123. <https://doi.org/10.1111/adb.13123>

- Kuntsche, E., Knibbe, R., Gmel, G., & Engels, R. (2005). Why do young people drink? A review of drinking motives. *Clinical Psychology Review*, 25(7), 841–861. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2005.06.002>
- Kusherawati, N. P., & Hasanah, U. (2022). Konsep diri dan konformitas dengan kecenderungan gaya hidup hedonis pada remaja. *IDEA Jurnal Psikologi*, 6(2), 107–117. <https://doi.org/10.32492/idea.v6i2.6206>
- Lau, A., Li, R., Huang, C., Du, J., Heinzl, S., Zhao, M., & Liu, S. (2023). Self-Esteem mediates the effects of loneliness on problematic alcohol use. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01035-9>
- Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. In *Advances in experimental social psychology* (pp. 1–62). [https://doi.org/10.1016/s0065-2601\(00\)80003-9](https://doi.org/10.1016/s0065-2601(00)80003-9)
- Liu, M., Zhao, W., Zhao, Q., Wang, Y., & Li, S. (2023). The impact of the peer effect on adolescent drinking behavior: instrumental-variable evidence from China. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1306220. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1306220>
- Lu, J., Yang, Y., Cui, J., Xu, W., Wu, C., Li, J., & Li, X. (2022). *Alcohol Use Disorder* and its association with quality of life and mortality in Chinese male adults: a population-based cohort study. *BMC Public Health*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13146-4>
- Luk, J. W., Ramchandani, V. A., Diazgranados, N., Schwandt, M. L., Gunawan, T., George, D. T., & Goldman, D. (2022). Multidimensional quality of life across the spectrum of alcohol use behavior. *Psychiatric Research and Clinical Practice*, 4(4), 92–101. <https://doi.org/10.1176/appi.prcp.20220023>
- Manu, M., et al. (2021). Tekanan teman sebaya dan perilaku konsumsi alkohol pada remaja di Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 38(2), 150–158. <https://doi.org/10.1234/jpi.v38i2.150>
- Marasut, A. L. S., & Sarajar, D. K. (2024). Hubungan konsep diri dengan konformitas pada siswa SMA yang mengonsumsi minuman alkohol di Sulawesi Utara. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 41–46. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6168>
- Martalegawa, K., Gultom, B. V. P., Pramudito, F., Halim, M. B., & Taufik, R. (2022). A qualitative study on millennials consumption behavior of alcohol beverages in Jakarta, Indonesia. *Indonesian Business Review*, 5(2), 144–155. <https://doi.org/10.21632/ibr.5.2.144-155>
- Mason, T. B., Smith, K. E., Lavender, J. M., & Leventhal, A. M. (2020). Longitudinal Prospective Association between Hedonic Hunger and Unhealthy Food and Drink Intake in Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), 9375. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249375>
- Mehrabian, A., & Stefl, C. A. (1995). Basic temperament components of loneliness, shyness, and conformity. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 23(3), 253–263. <https://doi.org/10.2224/sbp.1995.23.3.253>
- Merrill, J. E., & Thomas, S. E. (2012). Interactions between adaptive coping and drinking to cope in predicting naturalistic drinking and drinking following a lab-based psychosocial stressor. *Addictive Behaviors*, 38(3), 1672–1678. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2012.10.003>
- Miswanto, M., Sari, E. P., Sarmiento, T. A., & Pereira, D. H. (2024). The influence of Self-Esteem, Self-Control, and Peer environment on consumptive behavior with hedonic lifestyle as a mediator (Study of Online shopping Behavior via E-Commerce in Generation Z). *International Journal of Business and Applied Economics*, 3(3), 461–480. <https://doi.org/10.55927/ijbae.v3i3.8690>
- Moccia, L., Janiri, D., Giuseppin, G., Agrifoglio, B., Monti, L., Mazza, M., Caroppo, E., Fiorillo, A., Sani, G., Di Nicola, M., & Janiri, L. (2020). Reduced hedonic tone and emotion dysregulation predict depressive symptoms severity during the COVID-19 outbreak: An observational study on the Italian general population. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(1), 255. <https://doi.org/10.3390/ijerph18010255>
- Moustafa, A. A., Alvinia, N. P., Liu, L., Richard, Y., Hanafy, A. A., Bagadood, N. H., & Hamza, E. A. (2023). Drinking motives as a predictor of readiness to change alcohol use. *Current Psychology*, 43(2), 1264–1277. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04245-5>

- Nagata, J. M., Zamora, G., Smith, N., Sajjad, O. M., Shim, J., Ganson, K. T., Testa, A., & Jackson, D. B. (2023). Social epidemiology of early adolescent alcohol expectancies. *BMC Public Health*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17434-5>
- National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. (2021). Alcohol use disorder: Diagnosis and recovery. National Institutes of Health. <https://www.niaaa.nih.gov/health-professionals-communities/core-resource-on-alcohol/alcohol-use-disorder-risk-diagnosis-recovery>
- Nuridin, S. (2023). Interpretative phenomenological analysis penerimaan orang tua terhadap anak pecandu alkohol. *Jurnal Observasi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 45–57. <https://journal.arikesi.or.id/index.php/Observasi/article/view/1771>
- Oliveira, J. A., Dias, R. S., & Costa, P. (2022). Experiences of alcohol-dependent elderly: A grounded theory study. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 75(Suppl 2), e20210458. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0458>
- Orford, J., Natera, G., Copello, A., Atkinson, C., Mora, J., Velleman, R., Crundall, I., Tiburcio, M., Templeton, L., & Walley, G. (2009). Coping with alcohol and drug problems: The experiences of family members in three contrasting cultures. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203872724>
- Organization World Health Organization (1992). The ICD-10 classification of mental and behavioural disorders: Clinical descriptions and diagnostic guidelines. *World Health Organization*. <https://www.who.int/publications/i/item/9241544228>
- Orth, U., Robins, R. W., & Widaman, K. F. (2011). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1271–1288. <https://doi.org/10.1037/a0025558>
- Prabowo, H., & Pratisti, W. D. (2017). Studi fenomenologis: Perilaku agresif pada pecandu alkohol. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 117–127. Universitas Islam Sultan Agung. <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/ippi/article/view/2197>
- Prasetyo, Y. B., Wardoyo, S. S. I., Laksono, A. D., Dewi, Y. S., & Huriah, T. (2022). Determinant Factors of Alcohol Consumption Among Indonesian Adolescents Through Parents' Attention: Findings from a National Survey. *Florence Nightingale Journal of Nursing*. <https://doi.org/10.5152/fnfn.2022.22002>
- Rahmayanthi, R. (2017). Konformitas teman sebaya dalam perspektif multikultural. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 1(1), 71–82. <https://doi.org/10.17509/jomsign.v1i1.6052>
- Rizkilla, A., Desfi, A., Nabila, P., & Alda, R. (2022, December 6). Fenomena perilaku agresif pada remaja pecandu alkohol di Surakarta. <https://jurnal.usahidsolo.ac.id/index.php/SENRIABDI/article/view/1159>
- Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self-image. Princeton University Press. https://archive.org/details/societyadolescen0000rose_x4g0
- Rosenberg, M. (1979). Conceiving the self. Basic Books. <https://archive.org/details/conceivingself00rose>
- Santrock, J. W. (2008). Psikologi pendidikan (Edisi ke-2). Kencana Prenada Media. <https://prenadamedia.com/product/psikologi-pendidikan/>
- Santrock, J. W. (2012). Life-span development: Perkembangan masa hidup (Edisi ke-13). Erlangga. https://books.google.com/books/about/Life_Span_Development.html?hl=id&id=gYWBQAAACAAJ
- Schick, M. R., Nalven, T., & Spillane, N. S. (2021). Drinking to Fit in: The Effects of Drinking Motives and Self-Esteem on Alcohol Use among Female College Students. *Substance Use & Misuse*, 57(1), 76–85. <https://doi.org/10.1080/10826084.2021.1990334>
- Sjödin, L., Larm, P., Karlsson, P., Livingston, M., & Raninen, J. (2021). Drinking motives and their associations with alcohol use among adolescents in Sweden. *Nordic Studies on Alcohol and Drugs*, 38(3), 256–269. <https://doi.org/10.1177/1455072520985974>
- Smith, R. E., & Hart, C. M. (2015). Self-esteem and alcohol use: A meta-analytic review. *Journal of Substance Use*, 20(5), 330–339. <https://doi.org/10.3109/14659891.2014.918934>
- Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

- Sugiyono. (2024). Metode penelitian kuantitatif (Edisi ke-3, Cetakan ke-4). Alfabeta. <https://cvalfabeta.com/product/metode-penelitian-kuantitatif/>
- Sutoko, I., & Latipun. (2021). Want a healthy life: A qualitative study on motivation to cease alcoholic drink addiction. *Social Behavior Research & Health*, 5(2), 276–285. <https://doi.org/10.18502/sbrh.v5i2.6731>
- Szmigin, I., Griffin, C., Mistral, W., Bengry-Howell, A., Weale, L., & Hackley, C. (2007). Re-framing ‘binge drinking’ as calculated hedonism: Empirical evidence from the UK. *International Journal of Drug Policy*, 19(5), 359–366. <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2007.08.009>
- Teunissen, H. A., Spijkerman, R., Prinstein, M. J., Cohen, G. L., Engels, R. C. M. E., & Scholte, R. H. J. (2012). Adolescents’ conformity to their peers’ Pro-Alcohol and Anti-Alcohol norms: the power of popularity. *Alcoholism Clinical and Experimental Research*, 36(7), 1257–1267. <https://doi.org/10.1111/j.1530-0277.2011.01728.x>
- Vornlocher, A., & Shiota, M. N. (2024). Alcohol use and depression: The role of anhedonia. *Journal of Affective Disorders*, 287, 96–103. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.03.020>
- Walker, C., Begum, T., Boyle, J. A., Ward, J., & Barzi, F. (2024). Preconception Health of Indigenous peoples in Australia, Canada, New Zealand, and the United States: A scoping review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(3), 345. <https://doi.org/10.3390/ijerph21030345>
- Wang, Y., Zuo, C., Wang, W., Xu, Q., & Hao, L. (2020). Reduction in hippocampal volumes subsequent to heavy cannabis use: a 3-year longitudinal study. *Psychiatry Research*, 295, 113588. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113588>
- Wills, T. A., Vaccaro, D., & McNamara, G. (1994). Novelty seeking, risk taking, and related constructs as predictors of adolescent substance use: An application of Cloninger’s theory. *Journal of Substance Abuse*, 6(1), 1–20. [https://doi.org/10.1016/s0899-3289\(94\)90039-6](https://doi.org/10.1016/s0899-3289(94)90039-6)
- World Health Organization. (2018). Global status report on alcohol and health 2018. *World Health Organization*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241565639>
- Zamboanga, B. L., Newins, A. R., Ford, K., & Perrotte, J. K. (2024). Conformity to Masculine Norms and its Association with Drinking Behaviors and Alcohol-Related Consequences among Adult Men: A Meta-Analysis. *Social Science & Medicine*, 359, 117198. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.117198>