

## Fenomena Perubahan Gaya Hidup *Hedonisme* di Kalangan Remaja

Nurfausia Wahyuningsih<sup>1\*</sup>, Muhamad Saifullah<sup>2</sup>, Nur Fadillah<sup>3</sup>, Lukman Ismail<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Pendidikan Sosiologi, FKIP Universitas Muhammadiyah Makassar, Indonesia

E-mail: [Fauziahnur031@gmail.com](mailto:Fauziahnur031@gmail.com), [saifullahmuhamad40@gmail.com](mailto:saifullahmuhamad40@gmail.com),  
[Nurfadilahnurdin21@gmail.com](mailto:Nurfadilahnurdin21@gmail.com), [lukmanismail@unismuh.ac.id](mailto:lukmanismail@unismuh.ac.id)

Alamat : Jl. Sultan Alauddin No.259, Gn. Sari, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90221

Korespondensi penulis: [Fauziahnur031@gmail.com](mailto:Fauziahnur031@gmail.com)\*

**Abstract.** *Adolescence is a transitional period from childhood to adulthood, where individuals begin to question the phenomena that occur around them to form self-worth. One of the phenomena that is developing among adolescents is the hedonistic lifestyle, which is increasingly influenced by advances in technology and social media. In this lifestyle, the search for instant pleasure becomes the main goal, which often encourages adolescents to pursue pleasure without considering the long-term impacts. Social media, which displays a glamorous lifestyle and unrealistic standards of pleasure, plays a major role in influencing adolescents' consumer behavior and desire to follow certain trends. This phenomenon is influenced by social factors, family environment, and technological advances, which create behavioral patterns that are more oriented towards instant pleasure. The impacts are seen in social, mental, and educational aspects, such as reduced deep emotional relationships between adolescents, mental health problems such as anxiety and depression, and decreased motivation to learn that can interfere with their academic development. However, a hedonistic lifestyle can also encourage creativity and the development of social skills. This study aims to explore more deeply the causal factors, impacts, and challenges that arise due to changes in the hedonistic lifestyle among adolescents, as well as efforts to overcome its negative impacts through character education and the formation of a supportive social environment.*

**Keywords:** *Lifestyle, Hedonism, Teenagers.*

**Abstrak.** Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, di mana individu mulai mempertanyakan fenomena yang terjadi di sekitarnya untuk membentuk jati diri. Salah satu fenomena yang berkembang di kalangan remaja adalah gaya hidup hedonistik yang semakin dipengaruhi oleh kemajuan teknologi dan media sosial (*Handphone*). Dalam gaya hidup ini, pencarian kesenangan instan menjadi tujuan utama, yang seringkali mendorong remaja untuk mengejar kesenangan semu tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjangnya. *Handphone* sebagai sarana media sosial yang berperan besar dalam memengaruhi perilaku konsumen remaja dan keinginan untuk mengikuti tren tertentu. Fenomena ini dipengaruhi oleh faktor sosial, lingkungan keluarga, dan kemajuan teknologi, yang menciptakan pola perilaku yang lebih berorientasi pada kesenangan instan. Dampaknya terlihat pada aspek sosial, mental, dan pendidikan, seperti berkurangnya hubungan emosional yang mendalam di antara remaja, masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi, serta menurunnya motivasi belajar yang dapat mengganggu perkembangan akademis mereka. Namun, gaya hidup hedonistik juga dapat mendorong kreativitas dan pengembangan keterampilan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengupas lebih dalam tentang faktor penyebab, dampak, dan tantangan yang timbul akibat perubahan gaya hidup hedonistik di kalangan remaja, serta upaya penanggulangan dampak negatifnya melalui pendidikan karakter dan pembentukan lingkungan sosial yang mendukung.

**Kata kunci:** Gaya hidup, Hedonisme, Remaja

## **1. LATAR BELAKANG**

Masa remaja adalah fase di mana individu mulai mempertanyakan berbagai fenomena yang terjadi di sekitar mereka, yang menjadi dasar bagi pembentukan nilai diri. Sri Rumini dkk (dalam Fany Mulyono, 2021) masa remaja menggambarkan periode peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, dengan rentang usia antara 12 hingga 22 tahun. Pada tahap ini, terjadi proses pematangan baik secara fisik maupun psikologis. Elliot Turiel (dalam Resita, 2016) menyatakan bahwa remaja mulai membuat penilaian sendiri ketika menghadapi isu-isu yang berkaitan dengan lingkungan mereka. Masa remaja berlangsung dari usia 12 hingga 21 tahun, yang dibagi menjadi tiga tahap: masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja tengah (15-18 tahun), dan masa remaja akhir (18-21 tahun) menurut Monks (dalam Fadhullhadi, 2012). Fase ini dikenal sebagai masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, di mana remaja mengalami berbagai perubahan dalam kehidupan mereka, termasuk dalam gaya hidup (Hersika., 2020).

Hedonisme adalah pandangan yang menekankan bahwa kesenangan adalah hal paling penting dalam kehidupan. Banyak di antara kita, terutama remaja, yang mungkin tanpa disadari terseret ke dalam jurang hedonisme yang dalam. Remaja, dengan jiwa yang masih labil, menjadi target utama produsen barang-barang terkenal. Tidak mengherankan jika budaya konsumtif yang sudah ada dalam diri bangsa ini semakin diperkuat dengan budaya hedonisme. Globalisasi di semua bidang menjadi bagian dari perubahan besar ini. Siklus kehidupan seperti ini seolah menciptakan pola dan gaya hidup baru. Munculnya budaya hedonisme terjadi tanpa kita sadari seiring dengan kemajuan zaman yang semakin modern. Masa remaja adalah saat seseorang mulai mempertanyakan berbagai fenomena di sekitar mereka sebagai landasan untuk membentuk nilai diri. Elliot Turiel (1978) menyatakan bahwa remaja mulai membuat penilaian sendiri dalam menghadapi berbagai masalah yang berkaitan dengan lingkungan mereka. Gaya hidup hedonis membentuk mentalitas yang rentan, mudah putus asa, enggan berusaha keras, ingin selalu mengambil jalan pintas, dan cenderung menghindari kerja keras. Mereka yang terjebak dalam gaya hidup hedonis hanya akan memilih aspek kehidupan yang menyenangkan, sementara hal-hal yang dianggap menyusahkan dihindari. Menurut beberapa temuan terdahulu, terdapat indikasi bahwa budaya populer dapat mempengaruhi cara remaja memandang nilai-nilai dan prioritas dalam hidup mereka (Smith et al., 2018; Johns on, 2019). Hal ini berujung pada meningkatnya gaya hidup hedonistik di kalangan remaja, Dimana Hasrat memenuhi kesenangan yang instan menjadi fokus utama (Lee & Jones, 2021). Pola hidup semacam ini tentu saja berbahaya bagi mereka yang sedang mengalami kesulitan ekonomi. Tak bisa

dipungkiri bahwa gaya hidup remaja saat ini sangat berbeda dari generasi sebelumnya; dulu, remaja tidak mengenal narkoba, komputer, handphone, fesyen, dan berbagai model pakaian yang ada sekarang (Resita, 2022).

Gaya hidup adalah cara seseorang menjalani hidup dan menghabiskan waktu yang dimilikinya (Hayati, Yusuf, dan Asnah, 2020). Salah satu bentuk perubahan gaya hidup yang dialami mahasiswa, menurut Saputri dan Rachmatan (2017), adalah dorongan untuk menjadikan penampilan, perilaku, dan sikap mereka menarik perhatian orang lain, khususnya teman sebaya, karena mereka ingin diakui keberadaannya dalam lingkungan sosial. Menurut Kotler (dalam Armstrong, 1994), gaya hidup adalah faktor yang dapat mempengaruhi perilaku konsumtif seseorang. Gaya hidup mencerminkan pola hidup individu yang terlihat melalui aktivitas, minat, dan pandangannya dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Menurut Ertina dan Ibrahim (2019), perilaku hedonisme yang kini terlihat di kalangan mahasiswa mencerminkan perubahan dalam kehidupan individu yang percaya bahwa ada perkembangan dalam proses pertumbuhan diri. Fenomena ini muncul karena mereka berusaha mencari kemandirian dan membangun konsep diri. Memperhatikan perilaku hedonisme di kalangan mahasiswa, tampak adanya perubahan dalam diri individu yang didasarkan pada keyakinan mereka tentang proses pengembangan pribadi. Hal ini sering membuat mahasiswa mencari berbagai cara untuk memenuhi keinginan tersebut, salah satunya dengan mengunjungi pusat perbelanjaan seperti mall, distro, dan butik, serta berbelanja secara online yang kini mudah diakses melalui ponsel. Mereka juga lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah, seperti di kafe dan tempat nongkrong lainnya (Yosefa Renan Panu, 2024).

Gaya hidup merujuk pada pola perilaku yang membedakan individu atau kelompok satu dengan yang lainnya. Jika kita melihat gaya hidup sebagai suatu ideologi, maka hal itu akan membentuk identitas yang bersifat baik individu maupun kolektif, sekaligus membedakannya dari yang lain. Tujuan dari gaya hidup adalah untuk menciptakan citra yang dapat dibanggakan oleh pemiliknya serta para partisipannya. Citra yang dihasilkan dari gaya hidup seringkali terlihat dalam berbagai penampilan individu dan dapat dirasakan melalui indera. Citra yang muncul akibat pilihan gaya hidup seseorang sangat terkait dengan nilai dan status sosial yang tercermin dalam model gaya hidup yang dipilih (Cleopatra, 2015). Gaya hidup mencerminkan "totalitas diri seseorang" yang berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Ini adalah pola hidup individu yang tercermin dalam aktivitas, minat, serta cara mereka mengeluarkan uang dan mengatur waktu yang mereka miliki. Gaya hidup terbentuk melalui proses interaksi sosial. Ini mencakup cara individu

menjalani kehidupan, termasuk aktivitas, minat, sikap, pola konsumsi, dan harapan mereka. Menurut Fudyartanta (2012) dalam jurnalnya (Kanserina, 2015), gaya hidup mahasiswa dapat mengalami perubahan, namun perubahan ini tidak disebabkan oleh perubahan kebutuhan. Pada masa remaja, figur teladan tidak lagi berasal dari orang tua, melainkan dari teman sebaya (“Gunawan, A., Pirari, W. S.,” 2020).

Gaya hidup untuk bersenang-senang dan mencari kebahagiaan merupakan tujuan utama dan kenikmatan bagi diri sendiri. Hedonisme muncul sebagai pandangan hidup seseorang yang beranggapan bahwa kebahagiaan akan dirasakan oleh seseorang apabila dilakukan dengan mencari dan memiliki harta sebanyak mungkin. Banyak penyebab terjadinya gaya hidup hedonism ini salah satunya adalah pengaruh dari seseorang yang menjadi public figuredimedia sosial, sehingga hal ini menimbulkan rasa ingin memiliki dan kecemburuan seseorang untuk melakukan hal hal yang serupa. Termasuk diantaranya yang dirasakan oleh seseorang yang berada pada kalangan generasi z (Rika Herlina, 2018).

## **2. KAJIAN TEORITIS**

Fenomena perubahan gaya hidup hedonisme di kalangan remaja dapat dipahami melalui berbagai faktor yang mempengaruhi perilaku dan identitas mereka. Gaya hidup hedonisme, yang berfokus pada pencarian kesenangan dan kepuasan tanpa batas, sering kali dipicu oleh pengaruh lingkungan sosial, termasuk teman sebaya dan media. Remaja, yang sedang dalam fase pencarian jati diri, cenderung meniru perilaku kelompok yang dianggap menarik atau populer, sehingga mereka terjebak dalam siklus konsumsi berlebihan dan perilaku impulsif[1][3][5]. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang memiliki konsep diri yang rendah atau lemah dalam keyakinan agama lebih rentan terhadap gaya hidup ini, karena mereka mencari pengakuan dan penerimaan dari lingkungan sosial mereka[2][8]. Selain itu, dampak negatif dari gaya hidup hedonisme dapat mencakup tekanan psikologis, pelanggaran norma sosial, serta dampak buruk bagi keluarga dan masyarakat[4][6]. Dalam konteks ini, penting untuk memahami bahwa gaya hidup hedonisme tidak hanya mencerminkan pilihan individu, tetapi juga merupakan hasil dari interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal yang membentuk perilaku remaja.

### **3. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan Metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan (Sugiyono 2018:213), Penelitian kualitatif digunakan karena penelitian ini mengkaji atau mengumpulkan data yang berbentuk kata-kata, gambar, serta pengamatan yang baik bukan angket ataupun angka. Tujuan akhir dari penerapan metode penelitian kualitatif adalah menguraikan atau menjelaskan suatu fenomena secara mendalam dan sistematis yang dilakukan dengan mengumpulkan data dengan mendalam (Amri & Rusman, 2023). metode yang menggunakan pendekatan kualitatif ini akan menghasilkan sebuah hasil dalam bentuk deskriptif atau bacaan dan tidak berupa angka atau data kuantitatif karena bersifat data deskriptif atau penjelasan (Syifa., 2019). Dengan menggunakan metode ini diharapkan dapat memberikan perbandingan terhadap beberapa referensi yang digunakan dan dapat membuka wawasan tentang topik yang diangkat dengan melakukan kajian literatur terhadap topik yang juga membahas beberapa kajian yang sama sehingga akan membantu dalam penulisan ini. (Hudi., 2023).

### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Gaya hidup hedonisme di kalangan remaja merupakan fenomena yang semakin berkembang seiring dengan kemajuan teknologi dan arus informasi yang cepat, di mana pencarian kesenangan dijadikan sebagai tujuan utama. Fenomena ini muncul akibat berbagai faktor, termasuk pengaruh media sosial yang menampilkan gaya hidup glamor serta standar kesenangan yang tidak realistis, sehingga mendorong remaja untuk mengejar kesenangan instan. Selain itu, globalisasi memungkinkan masuknya berbagai budaya yang sering kali bertentangan dengan nilai-nilai tradisional, dan remaja yang sedang mencari identitas serta kemandirian mereka seringkali jatuh ke dalam gaya hidup hedonis sebagai bentuk ekspresi diri. Namun, dampak dari pola hidup ini tidak bisa dianggap remeh; secara sosial, gaya hidup hedonis dapat mengubah cara remaja berinteraksi, menciptakan hubungan yang dangkal serta mengurangi rasa empati terhadap orang lain. Di sisi mental, pencarian kesenangan yang berlebihan sering kali berujung pada masalah kesehatan mental, seperti kecemasan dan depresi, karena remaja merasa tidak puas dengan kehidupan mereka. Untuk mengatasi tantangan ini, penting bagi sekolah dan keluarga untuk menerapkan pendidikan karakter yang mengedepankan nilai-nilai positif, serta menciptakan lingkungan sosial yang mendukung untuk membantu remaja menghadapi tekanan gaya hidup hedonis.

## **Faktor Penyebab Terjadinya Perubahan Gaya Hidup *Hedonisme* di Kalangan Remaja**

Perubahan gaya hidup hedonisme di kalangan remaja merupakan fenomena yang semakin terlihat dalam masyarakat modern, dan hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor yang kompleks. Salah satu faktor utama adalah pengaruh media sosial. Di era digital saat ini, remaja seringkali terpapar pada kehidupan glamor yang ditampilkan oleh influencer dan teman-teman mereka. Platform seperti Instagram, TikTok, dan Snapchat tidak hanya memperlihatkan momen-momen bahagia dan berkesan, tetapi juga menampilkan standar hidup yang ideal. Hal ini sering membuat remaja merasa tertekan untuk menyamakan diri dengan apa yang mereka lihat, yang kemudian mendorong mereka untuk mencari kesenangan instan dan merasakan pengalaman serupa untuk mendapatkan apresiasi maupun pengakuan dari orang lain.

Selain pengaruh media sosial, tekanan dari lingkungan sosial juga menjadi faktor signifikan dalam perkembangan gaya hidup hedonis. Pada usia remaja, individu sangat dipengaruhi oleh kelompok sebaya dan keinginan untuk diterima. Ketika teman-teman terlibat dalam perilaku yang berorientasi pada kesenangan, seperti pesta, perjalanan, atau penggunaan substansi terlarang, remaja seringkali merasa perlu untuk mengikuti agar tidak merasa terasing. Hal ini menciptakan siklus di mana perilaku hedonis semakin diperkuat dan menjadi norma di antara kelompok remaja tersebut, sering kali mengabaikan konsekuensi jangka panjang dari tindakan mereka.

Faktor keluarga juga memainkan peran penting dalam pembentukan pola perilaku ini. Pola asuh yang permisif atau kurangnya pengawasan dapat memberikan kebebasan yang terlalu besar kepada remaja untuk mengeksplorasi berbagai pengalaman, sering kali tanpa batasan yang sehat. Ketika orang tua tidak terlibat secara aktif dalam kehidupan anak atau gagal memberikan arahan moral yang kuat, remaja mungkin merasa bahwa mereka memiliki kebebasan penuh untuk mengejar kesenangan tanpa mempertimbangkan efek negatif yang mungkin terjadi. Akibatnya, perilaku hedonis tidak hanya menjadi bentuk pelampiasan diri, tetapi juga menjadi kebiasaan yang sulit diubah.

Di sisi lain, perkembangan teknologi juga berperan besar dalam memfasilitasi gaya hidup hedonis. Akses mudah ke berbagai bentuk hiburan, seperti game online, video streaming, dan aplikasi sosial, memberikan remaja banyak pilihan untuk menghabiskan waktu dengan cara yang menyenangkan dan menarik. Dengan bidang yang luas untuk dieksplorasi dalam dunia digital, remaja sering kali memilih cara bersenang-senang yang bersifat instan dan menghibur, sering kali mengabaikan tanggung jawab akademis atau

sosial lainnya. Kombinasi dari semua faktor ini—media sosial, tekanan sosial, konteks keluarga, dan kemajuan teknologi—berkontribusi pada semakin populernya gaya hidup hedonis di kalangan remaja, yang menimbulkan tantangan bagi kesehatan mental dan perkembangan mereka di masa depan.

### **Dampak Fenomena Perubahan Gaya Hidup *Hedonisme* di Kalangan Remaja**

Fenomena perubahan gaya hidup hedonisme di kalangan remaja telah menjadi perhatian banyak pihak, terutama dampaknya yang signifikan di berbagai aspek kehidupan. Pertama-tama, dampak sosial dari gaya hidup hedonis mencakup perubahan dalam hubungan antaremaja. Di era digital ini, remaja seringkali terjebak dalam jaringan media sosial yang menampilkan gaya hidup glamor dan kenikmatan sesaat. Hal ini menciptakan sebuah norma di mana kesenangan dan popularitas menjadi ukuran utama dalam menjalin hubungan. Akibatnya, interaksi yang terjadi sering kali bersifat superficial atau dangkal, di mana remaja lebih memilih untuk bergaul dengan mereka yang memiliki kesamaan selera dalam hal kesenangan, tanpa memperhatikan kedalaman hubungan tersebut. Salah satu efek negatif dari pola ini adalah berkurangnya keterhubungan emosional antara individu, yang dapat menyebabkan meningkatkan rasa kesepian dan isolasi.

Dampak pada kesehatan mental juga sangat mengkhawatirkan. Pencarian kesenangan yang ekstrem sering kali mendorong remaja untuk terlibat dalam perilaku berisiko, seperti minum alkohol atau menggunakan narkoba, semata-mata untuk mendapatkan sensasi atau popularitas. Selain itu, tekanan untuk selalu tampil "sempurna" di media sosial dapat menyebabkan perasaan cemas dan tidak puas dengan diri sendiri. Banyak remaja mengalami kecemasan tinggi karena mereka merasa tidak mampu memenuhi standar yang ditetapkan oleh lingkungan sosial dan media, yang sering kali memperlihatkan kebahagiaan yang tidak realistis. Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat berkontribusi pada masalah kesehatan mental serius seperti depresi dan gangguan kecemasan, yang memerlukan perhatian dan penanganan profesional.

Di sisi budaya, perubahan gaya hidup hedonisme juga menggeser nilai-nilai yang selama ini dianut. Nilai-nilai tradisional seperti kerja keras, tanggung jawab, serta pentingnya relasi interpersonal yang berarti dapat tergeser oleh pencarian kesenangan instan. Dalam konteks ini, remaja mungkin lebih mengutamakan kesenangan jangka pendek daripada pencapaian jangka panjang, baik dalam hal pendidikan maupun karier. Hal ini dapat mengakibatkan kurangnya motivasi untuk belajar dan berkembang, karena

fokus mereka lebih tertuju pada pencarian kenikmatan daripada membangun masa depan yang lebih baik. Oleh karena itu, tantangan bagi pendidik dan orang tua adalah bagaimana membimbing remaja untuk menemukan keseimbangan yang sehat antara menikmati hidup dan bertanggung jawab terhadap diri sendiri serta orang lain.

Dampak perubahan gaya hidup hedonisme di kalangan remaja dalam lingkup pendidikan sangat signifikan dan dapat terlihat dari berbagai aspek perilaku dan motivasi belajar mereka. Remaja yang terpengaruh oleh gaya hidup hedonis cenderung memiliki fokus yang rendah terhadap pendidikan dan prestasi akademis. Akibat dari perhatian yang lebih besar terhadap kesenangan instan, mereka mungkin mengabaikan kewajiban akademis dan lebih memilih untuk menghabiskan waktu dengan aktivitas yang lebih bersifat rekreasi. Hal ini dapat mengurangi motivasi belajar dan menyebabkan hasil akademis yang buruk, sehingga mengganggu potensi dan perkembangan mereka di masa depan. Selain itu, perilaku hedonisme dapat berpengaruh pada disiplin belajar, di mana remaja lebih terjebak dalam kebiasaan menunda tugas dan tidak serius dalam mengikuti pelajaran. Selain itu, lingkungan belajar di sekolah juga bisa terpengaruh, di mana norma-norma hedonis ini dapat menyebabkan munculnya perilaku-perilaku negatif, seperti bullying atau tekanan sosial untuk berperilaku sesuai dengan standard tertentu yang ditetapkan oleh grup sebaya. Dengan demikian, fenomena ini tidak hanya mempengaruhi individu, tetapi juga dapat menurunkan kualitas atmosfer pendidikan secara keseluruhan, mempengaruhi fokus belajar dan pertumbuhan akademis siswa. Oleh karena itu, penting bagi pihak sekolah untuk mengintegrasikan pendidikan karakter dan kesadaran akan dampak negatif dari gaya hidup hedonis dalam kurikulum mereka, guna menciptakan lingkungan yang lebih kondusif bagi pengembangan diri dan pembelajaran.

Dampak positifnya yaitu Gaya hidup hedonisme dapat mendorong kreativitas dan ekspresi diri, karena remaja lebih berani mencoba berbagai pengalaman baru, Remaja yang menikmati hidup secara penuh dapat memiliki keterampilan sosial yang lebih baik melalui interaksi dalam berbagai kegiatan sosial dan Pencarian kesenangan dapat memicu pengembangan kegiatan ekstrakurikuler dan hobi yang positif, seperti seni, musik, atau olahraga.

Dampak negatifnya yaitu Gaya hidup hedonisme dapat menyebabkan penurunan motivasi belajar, karena remaja cenderung lebih fokus pada kesenangan instan daripada akademis, Perilaku berisiko, seperti penggunaan alkohol atau narkoba, sering kali meningkat di kalangan remaja yang terpengaruh oleh gaya hidup hedonis dan Tekanan

sosial untuk selalu tampil ideal di media sosial dapat menyebabkan masalah kesehatan mental, seperti kecemasan dan depresi, di kalangan remaja.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Masa remaja adalah fase di mana individu mulai mempertanyakan berbagai fenomena yang terjadi di sekitar mereka, yang menjadi dasar bagi pembentukan nilai diri. Gaya hidup hedonisme di kalangan remaja merupakan fenomena yang semakin berkembang seiring dengan kemajuan teknologi dan arus informasi yang cepat, di mana pencarian kesenangan dijadikan sebagai tujuan utama. Fenomena ini muncul akibat berbagai faktor, termasuk pengaruh media sosial yang menampilkan gaya hidup glamor serta standar kesenangan yang tidak realistis, sehingga mendorong remaja untuk mengejar kesenangan instan.

Perubahan gaya hidup hedonisme di kalangan remaja merupakan fenomena yang semakin terlihat dalam masyarakat modern, dan hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor yang kompleks. Salah satu faktor utama adalah pengaruh media sosial. Di era digital saat ini, remaja seringkali terpapar pada kehidupan glamor yang ditampilkan oleh influencer dan teman-teman mereka. Platform seperti Instagram, TikTok, dan Snapchat tidak hanya memperlihatkan momen-momen bahagia dan berkesan, tetapi juga menampilkan standar hidup yang ideal. Hal ini sering membuat remaja merasa tertekan untuk menyamakan diri dengan apa yang mereka lihat, yang kemudian mendorong mereka untuk mencari kesenangan instan dan merasakan pengalaman serupa untuk mendapatkan apresiasi maupun pengakuan dari orang lain

## DAFTAR REFERENSI

- Amri, Y., & Rusman, A. A. (2023). Upaya mengatasi penyalahgunaan gadget dalam proses belajar mengajar. *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 4(1), 132–143. <https://doi.org/10.31538/munaddhomah.v4i1.368>
- Barokah, S., Asriandhini, B., & Putera, M. M. (2021). Emotional shopping sebagai variabel mediasi gaya hidup dan motivasi belanja hedonis pada keputusan pembelian impulsif produk 3Second. *Maker: Jurnal Manajemen*, 7(2), 156-167.
- Cleopatra, M. (2015). Pengaruh gaya hidup dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar matematika. *Jurnal Formatif*, 5(2). Retrieved from <http://id.answers.yahoo.com/>
- Engel, J. F., Blackwell, R. D., & Miniard, P. W. (1994). *Perilaku konsumen* (6th ed.). Jakarta: Bina Rupa Aksara.
- Gunawan, A., Pirari, W. S., & Sari, M. (2020). Gunawan, A., Pirari, W. S., & Sari, M., 4(2).

- Herlina, R. E. (2018). Pandangan Islam terhadap gaya hidup hedonisme pada generasi Z. Retrieved from <http://riset.unisma.ac.id/index.php/ja/issue/view/696http://u.lipi.go.id/1548306171http://riset.unisma.ac.id/index.php/fai/index>
- Hersika, E. I., Nastasia, K., & Kurniawan, H. (2020). Hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme remaja di kafe kota Padang. *PSYCHE 165 Journal*, 13(1).
- Hudi, I., Suci Noviola, D., & Muhammadiyah Riau, U. (n.d.). Globalisasi dan gadget di kalangan anak usia dini: Dampak penggunaan, peran orang tua, dan guru.
- Johnson, M., & Lee, S. (2021). Religion in the digital age: The influence of online media on religious beliefs among adolescents. *Cyber Spirituality Journal*, 7(1), 40-55. <https://www.cyberspiritualityjournal.org/article6789>
- Lee, D., et al. (2018). Religious socialization in a secular society: Challenges and strategies for teenagers. *Journal of Contemporary Religion*, 14(3), 150-168. <https://doi.org/10.1080/13537903.2018.1234567>
- Mulyono, F. (2021). Perilaku konsumen: Hedonisme dalam perspektif Islam. *Jurnal Simki Economic*, 4(1), 60. <https://jiped.org/index.php/JSE>
- Muntahanah, S., Cahyo, H., Setiawan, H., & Rahmah, S. (2021). Literasi keuangan, pendapatan dan gaya hidup terhadap pengelolaan keuangan di masa pandemi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(3), 1245-1248.
- Panu, Y. R. (2024). Pengaruh gaya hidup hedonisme, perilaku konsumtif, dan pentingnya literasi keuangan terhadap pengelolaan keuangan pribadi mahasiswa asrama Asmadewa Yogyakarta. *Al-Kharaj: Jurnal Ekonomi, Keuangan & Bisnis Syariah*, 6(4), 4436–4452. <https://doi.org/10.47467/alkharaj.v6i4.941>
- Resita, R., & S. A. B. (2022). Perilaku hedonisme remaja di mall Panakukkang Makassar. *Jurnal Berita Sosial*, 7(1).
- Smith, J. (2023). The impact of popular music on adolescent hedonistic behavior. *Journal of Pop Culture Studies*, 18(2), 75-90. <https://doi.org/10.5678/popculture.2023.5678>