

Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Acceptance and Commitment untuk Mengurangi Gaya Hidup Konsumtif

Asbi Asbi, M Fauzi Hasibuan, Mawar Sari

Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Medan

*Korespondensi: asbi@umsu.ac.id

Abstrak

This study aims to test the effectiveness of group guidance services using acceptance and commitment techniques to reduce the consumptive lifestyle of students. This study uses a quantitative method of Quasi Experiment type with The Non Equivalent Control Group design. The research subjects were second semester students of Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, where second semester students of Class B were the experimental group and class A students were the control group. The research instrument is a consumptive lifestyle questionnaire with a Likert Rating Scale model. Analysis of research data was carried out by means of the Wilcoxon Signed Rank Test and the Kolmogorov Smirnov 2 Independent Sample test. The results of the study revealed that the effectiveness of group guidance services using the acceptance and commitment technique was effective in reducing the consumptive lifestyle of guidance and counseling study program students. This can be seen from the difference in the posttest results of the experimental group which is greater than the posttest of the control group.

Kata Kunci: Layanan Bimbingan Kelompok, Acceptance and Commitment, Gaya Hidup Konsumtif

How To Cite : . (2022). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Acceptance and Commitment untuk Mengurangi Gaya Hidup Konsumtif. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 5(2), 156-170



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2022 by author

PENDAHULUAN

Setiap manusia merupakan makhluk sosial yang saling ketergantungan antara yang satu dengan yang lainnya dalam segala aktivitas, baik dari segi kebutuhan primer, sekunder maupun tersier (Kazemina, Kaedi, & Ganji, 2019). Hal tersebut dapat menentukan peran individu sebagai makhluk sosial di lingkungannya. Perkembangan zaman begitu pesatnya, banyak perubahan dan pergeseran di bidang teknologi, gaya hidup, ekonomi, bahkan aturan yang ada dalam masyarakat (Zhang, Qu, Sheng, Yang, Wu, & Yuan, 2019; Palac, Salcedo, & Topa, 2019). Perubahan seperti ini harusnya dapat di sikapi oleh setiap orang termasuk mahasiswa.

Mahasiswa merupakan sekelompok individu yang sedang menempuh pendidikan di sebuah perguruan tinggi. Adapun tugas dan kewajiban utama sebagai seorang mahasiswa adalah belajar untuk memperoleh ilmu pengetahuan yang bermanfaat untuk menunjang karirnya dimasa depan. Pada umumnya kebutuhan mahasiswa meliputi alat tulis, buku atau diktat dan kebutuhan penunjang lainnya seperti laptop, *handphone*, dan flashdisk/hardisk, untuk memenuhi segala kebutuhan tersebut dibutuhkannya dana yang cukup besar. Pemenuhan kebutuhan selama perkuliahan merupakan aspek yang sangat penting, agar mendapat tempat dalam kelompoknya, pengaruh sosial dapat memberi dampak pada pikiran, perasaan, dan perilaku individu, beberapa aktivitas dilakukan oleh orang lain, dikarenakan mahasiswa termasuk individu berada dalam tahap perkembangan remaja yang ditandai oleh ketidakseimbangan emosi, sehingga menyebabkan mahasiswa mudah terpengaruh teman (Scully & Moital, 2016). Mahasiswa cenderung melibatkan diri dalam hubungan pertemanan sebaya sebagai makhluk sosial dalam mencari jati diri dan eksistensi di tengah masyarakat (Wirawan, 2004). Mahasiswa cenderung memasukkan diri dalam pertemanan sebaya sebagai kelompok sosial dalam pencarian jati dirinya. Oleh karena itu, mahasiswa cenderung terpengaruh dan merubah gaya hidup sesuai dengan lingkungan pertemanannya. Gaya hidup konsumtif merupakan keinginan untuk membeli barang-barang yang bukan kebutuhan guna hanya memenuhi keinginan semata. Pada umumnya gaya hidup konsumtif lebih banyak memiliki dampak buruk dibandingkan dampak positifnya. Dalam ilmu psikologi biasa dikenal dengan sebutan *compulsive buying disorder* (penyakit kecanduan belanja) hal ini bermakna bahwa individu tidak bisa memprioritaskan mana yang menjadi kebutuhan dan mana yang hanya sebatas keinginan semata. Moser (2019) menjelaskan bahwa gaya hidup konsumtif adalah gaya hidup yang berhubungan dengan bagaimana bersikap, bertindak dan bertanggung jawab atas uang yang dimilikinya serta bagaimana menempatkan diri sesuai lingkungan. Selanjutnya, konsumtif juga menggambarkan adanya kebiasaan individu yang dikendalikan dan didorong oleh keinginan untuk memenuhi hasrat kesenangan semata-mata (Nurwidyawati, 2017).

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa gaya hidup konsumtif adalah perilaku individu yang berkeinginan untuk membeli barang-barang secara berlebihan. Gaya hidup konsumtif ini tidak dilandasi dengan pemikiran yang rasional dan hal ini termasuk sikap pemborosan, dimana individu lebih mengutamakan keinginan semata dari pada kebutuhan dan secara psikologis menimbulkan kecemasan dan rasa tidak aman. Idealnya gaya hidup mahasiswa yang diharapkan adalah mengerjakan hal-hal yang positif untuk menunjang kemampuan yang dimilikinya agar mampu berkembang secara optimal, mengerjakan segala tugas yang diberikan oleh dosen, mampu manajemen waktu dengan baik, mampu meregulasi diri sehingga mahasiswa memiliki orientasi masa depan yang cemerlang dan bermanfaat bagi masyarakat dan bangsa. Kemudian mahasiswa juga diharuskan untuk mengikuti berbagai kegiatan kampus, aktif saat perkuliahan, maupun mengikuti organisasi, berpikir secara rasional dengan perkembangan yang ada, tidak memilih serta merta akan kepuasan tetapi kebutuhan, memiliki kontrol diri yang kuat untuk tidak terpengaruh gaya hidup temannya. Adapun faktor yang mempengaruhi gaya hidup konsumtif yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal seperti iklan, keluarga dan faktor lingkungan sedangkan faktor internal seperti motivasi, proses belajar dan konsep diri (Rafiq, 2019). Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya gaya hidup konsumtif adalah: budaya, kelas sosial, kelompok panutan, keluarga, pengalaman belajar, kepribadian, sikap, keyakinan, konsep diri, konsep diri dan gaya hidup. Azam, Danish, & Akbar (2012) menyatakan bahwa konsumsi secara berlebihan adalah ciri individu yang ingin mendapat pengakuan secara sosial dengan berbelanja secara berlebihan dan bahkan barang yang dibeli tidak memiliki nilai guna atau tidak terpakai. Indikator individu atau sekelompok memiliki gaya hidup konsumtif yaitu membeli produk karena iming-iming hadiah, membeli produk karena kemasan menarik, membeli produk demi menjaga penampilan diri dan gengsi, membeli produk atas dasar pertimbangan harga, membeli produk hanya untuk menjaga simbol atau status, penilaian bahwa membeli produk dengan harga mahal akan menimbulkan

rasa percaya diri yang tinggi. Namun pada kenyataannya, banyak ditemukan mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling FKIP UMSU yang cenderung membeli barang-barang mahal dan barang tersebut bukan merupakan suatu kebutuhan melainkan hanya untuk memenuhi keinginan semata. Gaya hidup dikalangan mahasiswa yang seperti ini disebut konsumtif. Gaya hidup konsumtif dapat diartikan sebagai keinginan individu untuk membeli suatu barang yang kurang perlu atau bahkan tidak terlalu berguna baginya dan hanya memenuhi kepuasan pribadi untuk memiliki suatu barang. Saat ini kebutuhan seseorang tidak hanya dikaitkan pada nilai guna suatu objek saja tetapi, dikaitkan dengan nilai kelas tertentu, dan status sosial seseorang (Goldsmith, Reinecke, & Clark, 2014). Sehingga dapat dipahami gaya hidup konsumtif diartikan sebagai perilaku manusia yang berorientasi kepada proses pemakaian atau proses mengonsumsi segala hal yang ada pada kebutuhan mereka tanpa memperdulikan klasifikasi kebutuhan yaitu: primer, sekunder dan tersier. Berdasarkan permasalahan di atas, perlunya penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Acceptance and Commitment*. Karena melalui layanan ini setiap peserta memperoleh pengetahuan dan informasi baru dari topik yang akan dibahas salah satunya gaya hidup konsumtif. Selain itu juga dapat melatih kemampuan dalam berkomunikasi, mengeluarkan pendapat, menerima pendapat, dan saling berbagi informasi dan pengetahuan. Sedangkan penggunaan teknik *Acceptance and Commitment* dilakukan agar dalam meningkatkan kesadaran mahasiswa akan gaya hidup yang tidak baik seperti gaya hidup konsumtif dengan cara mengidentifikasi pikiran dan perilakunya. Berdasarkan permasalahan di atas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* untuk Mengurangi Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling".

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif tipe Quasi Experiment dengan desain The Non Equivalen Control Group. Alasannya, karena pola ini menggunakan dua kelompok yang terdiri dari satu kelompok kontrol dan satu kelompok eksperimen. Penentuan subjek tidak diambil secara random, sehingga memungkinkan peneliti mengendalikan variabel sesuai situasi yang ada (Yusuf, 2013). Adapun jumlah subjek dalam penelitian ini adalah sebanyak 48 mahasiswa prodi Bimbingan dan konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, dimana mahasiswa semester II Kelas B sebagai kelompok eksperimen dan mahasiswa kelas A sebagai kelompok kontrol. Instrumen penelitian adalah instrumen angket gaya hidup konsumtif model skala Likert Rating Scale. Analisis data penelitian dilakukan dengan cara uji Wilcoxon Signed Rank Test dan uji Kolmogorov Smirnov 2 Independet Sample dengan bantuan SPSS versi 20.

HASIL TEMUAN

Berdasarkan data yang diperoleh penelitian, maka dapat dideskripsikan hasil penelitian sebelum dilakukan perlakuan layanan bimbingan kelompok dan sesudah diberikan perlakuan hasil pretest yang diperoleh pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagai berikut:

1. Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen

Berikut ini disajikan skor masing-masing gaya hidup konsumtif mahasiswa pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberi perlakuan.

Tabel 1. Hasil Pretest dan Posttest Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa pada Kelompok Eksperimen

No	Kode Mahasiswa	Pretest		Posttest		Selisih Pre-Post
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	NA	161	ST	65	R	96
2	RSD	141	T	81	R	60
3	MB	129	T	96	R	33
4	EPK	127	T	97	R	30
5	MS	104	S	96	R	8
6	YS	105	S	91	R	14
7	NF	87	R	67	R	20
8	KD	80	R	72	R	8
Skor total		922	S	665	R	257
Rata-rata		115,25		83,125		32,125

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa kondisi gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok eksperimen mengalami penurunan setelah diberikan intervensi layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *acceptance and commitment*. Sebelum diberikan intervensi layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *acceptance and commitment*, rata-rata skor pretest adalah 115,25 dan berada pada kategori sedang. Setelah diberikan intervensi berupa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *acceptance and commitment*, rata-rata skor posttest mengalami penurunan menjadi 83,125 dan berada pada kategori rendah. Selisih penurunan skor gaya hidup konsumtif mahasiswa dari Pretest-Posttest adalah 257, dengan rata-rata 32,125.

Perbedaan frekuensi gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok eksperimen berdasarkan hasil pretest dan posttest dapat dilihat pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Skor Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen

Interval		Kategori	Pretest		Posttest	
Skor	%		F	%	F	%
≥156	≥84	Sangat Tinggi	1	12,5	-	-
125–155	67–83	Tinggi	3	37,5	-	-
94–124	50–66	Sedang	2	25	2	25
63–93	34–51	Rendah	2	25	6	75
≤62	≤33	Sangat Rendah	-	-	-	-
Jumlah			8	100	8	100

Berdasarkan Tabel 2, dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan gaya hidup konsumtif mahasiswa pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan Layanan Bimbingan kelompok Teknik Acceptance and Commitment . Gaya hidup konsumtif mahasiswa saat pretest berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 1 orang dengan persentase 12,5 %, 3 orang mahasiswa berada pada kategori tinggi dengan persentase 37,5 %, 2 orang mahasiswa berada pada kategori 94 sedang dengan persentase 25%, dan 2 orang mahasiswa berada pada kategori rendah dengan persentase 25%. Sesudah diberikan perlakuan terjadi peningkatan gaya hidup konsumtif mahasiswa yang dapat dilihat dari hasil posttest sebanyak 2 orang mahasiswa berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 25 %, dan 6 orang mahasiswa berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 75 %. Berdasarkan hasil pretest dan posttest di atas, diketahui bahwa terdapat 2 orang mahasiswa berada pada kategori yang sama (tidak mengalami peningkatan pada kategori, yaitu 6 orang mahasiswa pada kategori rendah). Namun, secara skor mengalami penurunan. Mengacu pada Tabel 2, terlihat 8 orang anggota kelompok eksperimen yang dilibatkan dalam perhitungan, mengalami peningkatan skor dari pretest dan posttest atau mengalami perubahan sesudah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Acceptance and Commitment*. Kondisi masing-masing gaya hidup konsumtif mahasiswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan dapat dilihat pada Diagram 1 berikut:

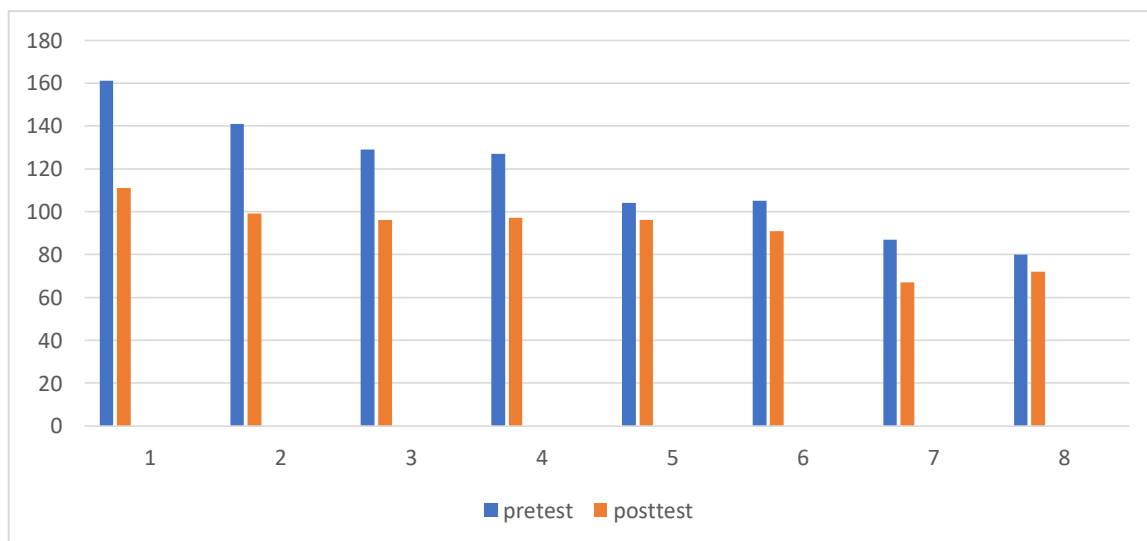


Diagram 1. Perbedaan Pretest dan Posttest Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa pada Kelompok Eksperimen

Berdasarkan Diagram 1, dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan gaya hidup konsumtif mahasiswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Acceptance and Commitment* . Dari 8 orang mahasiswa yang mendapat perlakuan, semua mahasiswa mengalami penurunan skor.

2. Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol

Berikut disajikan skor masing-masing gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Tabel 3. Hasil Pretest dan Posttest Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa pada Kelompok Kontrol

No	Kode Mahasiswa	Pretest		Posttest		Selisih Pre-Post
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	NPW	158	ST	93	R	65
2	RA	136	T	74	R	62
3	TNT	128	T	93	R	35
4	KN	128	T	109	S	35
5	IM	102	S	89	R	13
6	AN	103	S	91	R	12
7	HT	81	R	76	R	5
8	DR	94	R	91	R	3
Skor Total		940	S	716	R	224
Rata-rata		117,5		89,5		28

Berdasarkan Tabel 3, dapat dilihat bahwa gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok kontrol mengalami perubahan dan penurunan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa Teknik Acceptance and Commitment. Sebelum diberikan perlakuan, skor rata-rata pretest sebesar 117,5 dan berada pada kategori sedang. Selanjutnya, sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa Teknik Acceptance and Commitment skor rata-rata posttest menurun menjadi sebesar 28 dan berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan skor gaya hidup konsumtif mahasiswa pada kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa Teknik Acceptance and Commitment

Perbedaan frekuensi gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok kontrol berdasarkan hasil pretest dan posttest dapat dilihat pada Tabel 4 berikut

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Skor Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol

Interval		Kategori	Pretest		Posttest	
Skor	%		F	%	F	%
≥156	≥84	Sangat Tinggi	1	12,5	-	-
125 –155	67–83	Tinggi	3	37,5	-	-
94–124	50–66	Sedang	2	25	1	12,5
63–93	34–51	Rendah	2	25	7	87,5
≤62	≤33	Sangat Rendah	-	-	-	-
Jumlah			8	100	8	100

Berdasarkan Tabel 4, dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan gaya hidup konsumtif mahasiswa pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa Teknik Acceptance and Commitment. Gaya hidup konsumtif

mahasiswa saat pretest berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 1 orang mahasiswa dengan persentase 12,5%, 3 orang mahasiswa berada pada kategori tinggi dengan persentase 37,5%, 2 orang mahasiswa berada pada kategori sedang dengan persentase 25%, dan 2 orang mahasiswa berada pada kategori rendah dengan persentase 25%. Sesudah diberikan perlakuan terjadi penurunan gaya hidup konsumtif mahasiswa. Hal ini dapat dilihat dari hasil posttest sebanyak 1 orang mahasiswa berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 12,5%, 7 orang mahasiswa berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 87,5%. Berdasarkan hasil pretest dan posttest di atas, diketahui bahwa terdapat 2 orang mahasiswa berada pada kategori yang sama (tidak mengalami peningkatan pada kategori, yaitu 6 orang mahasiswa pada kategori rendah). Namun, secara skor mengalami penurunan. Berdasarkan Tabel 4, terlihat 8 orang anggota kelompok eksperimen yang dilibatkan dalam perhitungan, mengalami peningkatan skor dari pretest dan posttest atau mengalami perubahan sesudah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok tanpa Teknik *Acceptance and Commitment*. Kondisi masing-masing gaya hidup konsumtif mahasiswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan dapat dilihat pada Diagram 2 berikut.

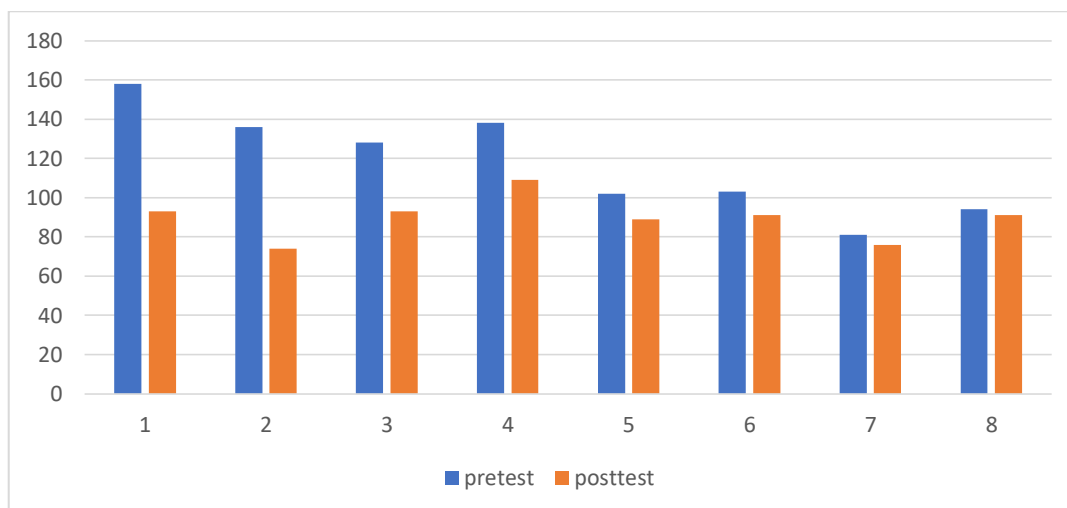


Diagram 2. Perbedaan Pretest dan Posttest Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa pada Kelompok Kontrol

Berdasarkan Diagram 2, dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan gaya hidup konsumtif mahasiswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa Teknik *Acceptance and Commitment*. Dari 8 orang mahasiswa yang mendapat perlakuan, 8 orang siswa mengalami penurunan skor.

Rekapitulasi Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen dan Kontrol Berdasarkan data hasil pretest dan posttest kelompok eksperimen dan kontrol, dapat dilihat perbedaan skor gaya hidup konsumtif mahasiswa pada tabel berikut ini:

Tabel 5 Rekapitulasi Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Kelompok Eksperimen				Kelompok Kontrol			
Responden	Pre	Post	Selisih	Responden	Pre	Post	Selisih
NA	161	65	96	NPW	158	93	65
RSD	141	81	60	RA	136	74	62

MB	129	96	33	TNT	128	93	35
EPK	127	97	30	KN	128	109	35
MS	104	96	8	IM	102	89	13
YS	105	91	14	AN	103	91	12
NF	87	67	20	HT	81	76	5
KD	80	72	8	DR	94	91	3
Skor Total	922	655	257	Skor Total	940	716	224
Rata-rata	115,25	83,125	32,125	Rata-rata	117,5	89,5	28

Berdasarkan Tabel 5 diketahui rata-rata pretest kelompok eksperimen sebesar 115,25 berada pada kategori sedang dan rata-rata posttest sebesar 83,125 berada pada kategori rendah. Nilai selisih antara pretest–posttest kelompok eksperimen ialah 224, dengan rata-rata selisih keseluruhan adalah 32,125. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan yang signifikan gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok eksperimen dari kategori sedang menjadi kategori rendah.

Pada kelompok kontrol diperoleh rata-rata skor pretest yakni 117,5 berada pada kategori sedang dan rata-rata skor posttest diperoleh nilai sebesar 89,5 berada pada kategori sedang. Nilai selisih antara pretest – posttest kelompok kontrol ialah 224, dengan rata-rata selisih keseluruhan adalah 28. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan skor gaya hidup konsumtif mahasiswa secara signifikan pada kelompok kontrol. Namun penurunan skor lebih tinggi pada kelompok eksperimen dengan selisih 33 point. Hal ini memiliki makna bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan Teknik Acceptance and Commitment lebih efektif untuk mengurangi gaya hidup konsumtif mahasiswa dibandingkan layanan bimbingan kelompok tanpa Teknik Acceptance and Commitment. Berikut disajikan rekapitulasi distribusi frekuensi skor pretest dan posttest perasaan rendah diri siswa pada kelompok eksperimen dan kontrol.

Tabel 6. Rekapitulasi Distribusi Frekuensi Skor Pretest dan Posttest Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa Kelompok Eksperimen dan Kontrol.

Skor	%	Kategori	Eksperimen				Kontrol			
			Pretest		Posttest		Pretest		Posttest	
			F	%	F	%	F	%	F	%
≥156	≥84	Sangat Tinggi	1	12,5	-	-	1	12,5	-	-
125 –155	67–83	Tinggi	3	37,5	-	-	3	37,5	-	-
94–124	50–66	Sedang	2	25	2	25	2	25	1	12,5
63–93	34–51	Rendah	2	25	6	75	2	25	7	87,5
≤62	≤33	Sangat Rendah	-	-	-	-	-	-	-	-
Jumlah			8	100	8	100	8	100	8	100

Berdasarkan Tabel 6 di atas dapat dilihat tentang perbedaan jumlah frekuensi pada pengkategorian gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok eksperimen dengan

mahasiswa kelompok kontrol. Pada hasil posttest kelompok eksperimen 8 orang siswa (75%) sudah mengalami penurunan gaya hidup konsumtif mahasiswa pada kategori rendah. Sedangkan pada posttest kelompok kontrol masih terdapat 1 orang siswa (12, 5%) yang memiliki rasa rendah diri pada kategori sedang.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan Teknik Acceptance and Commitment pada kelompok eksperimen berhasil menurunkan gaya hidup mahasiswa Prodi BK. Pengujian hipotesis pada penelitian dilakukan dengan teknik analisis statistik nonparametrik yaitu *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan menggunakan program komputer SPSS versi 20.00. Berdasarkan hal tersebut didapatkan hasil perhitungan seperti yang terangkum pada di bawah ini.

Tabel 7. Hasil Analisis *Wilcoxon Signed Ranks Test* Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa (*Pretest* dan *Posttest*).

Test Statistics ^a	
	Posttest – Pretest
Z	-2.521 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.012
a. Based on positive ranks.	
b. Wilcoxon Signed Ranks Test	

Berdasarkan Tabel 7 di atas, terlihat bahwa angka probabilitas Asymp. Sig.(2-tailed) gaya hidup konsumtif kelompok eksperimen sebesar 0,012, atau probabilitas di bawah alpha 0,05 ($0,005 < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, maka hipotesis pertama dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu “Terdapat perbedaan skor yang signifikan gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok eksperimen, sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik Acceptance and Commitment. Selanjutnya untuk melihat arah perbedaan tersebut, apakah pretest atau posttest yang lebih tinggi, dapat dilihat pada Tabel 8.

Tabel 8. Hasil Analisis Kolmogorov Smirnov 2 Independent Samples Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol.

Test Statistics ^a		
Analisis		skor
Most Extreme Differences	Absolute	.625
	Positive	.625
	Negative	.000
Kolmogorov-Smirnov Z		1.250
Asymp. Sig. (2-tailed)		.088

Grouping Variable: Kelompok

Berdasarkan Tabel 8, diperoleh nilai Z skor untuk uji dua sisi adalah 1.250 dengan angka probabilitas Asymp.Sig.(2-tailed) sebesar 0,088 atau probabilitas $< 0,05$ ($0,088 < 0,05$).

Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat diambil kesimpulan bahwa H₀ ditolak dan H₁ diterima. Dengan demikian, hipotesis ketiga dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu “terdapat perbedaan gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok eksperimen yang mengikuti bimbingan kelompok menggunakan teknik *acceptance and commitment* dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan khusus”. Pada bagian deskripsi data terlihat rata-rata kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. dengan skor rata-rata 83,125 berbanding 89,6.

PEMBAHASAN

Perbedaan Gaya Hidup Konsumtif pada Kelompok Eksperimen Sebelum dan Sesudah Diberikan layanan Bimbingan Kelompok dengan menggunakan Teknik *Acceptance and Commitmen* (Pretest dan Posttest).

Gaya hidup konsumtif dalam penelitian ini dapat diartikan sebagai keinginan individu untuk membeli suatu barang yang kurang perlu atau bahkan tidak terlalu berguna baginya dan hanya memenuhi kepuasan pribadi untuk memiliki suatu barang. Saat ini kebutuhan seseorang tidak hanya dikaitkan pada nilai guna suatu objek saja tetapi, dikaitkan dengan nilai kelas tertentu, dan status sosial seseorang (Liu, Lin, Lee, & Deng, 2012; Goldsmith, Reinecke, & Clark, 2014). Melalui topik yang dibahas, mahasiswa memiliki pemahaman baru tentang dampak gaya hidup konsumtif, dan melalui latihan yang diberikan, gaya hidup konsumtif mahasiswa dapat diminimalisir. Hal ini dapat dilakukan melalui pemberian Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis pertama yaitu “Terdapat perbedaan yang signifikan gaya hidup konsumtif kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*.”. Pengujian dilakukan dengan uji Wilcoxon Signed Ranks Test. Hal ini dapat dilihat dari hasil perbandingan pretest dengan posttest, yang menunjukkan bahwa 1 orang mahasiswa memiliki gaya hidup konsumtif sangat tinggi, 3 orang tinggi, 2 orang sedang, dan 2 orang rendah dengan skor rata-rata pretest sebesar 115, 25 Sesudah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*, semua anggota kelompok mengalami penurunan skor yang sebelumnya tinggi menjadi rendah. Hal ini terlihat dari hasil posttest yang menunjukkan semua mahasiswa berada pada kategori rendah, serta tidak ada mahasiswa yang memiliki gaya hidup konsumtif berada pada kategori tinggi dan sedang setelah diberi perlakuan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitmen* dengan skor ratarata posttest sebesar 83,125. Peningkatan skor rata-rata pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* adalah sebesar 32,125. Hasil penelitian tersebut, mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan gaya hidup konsumtif mahasiswa sebelum dan sesudah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* dalam penelitian ini bertujuan untuk meminimalisir gaya hidup konsumtif kemampuan mahasiswa. bimbingan kelompok adalah suatu layanan dalam bimbingan dan konseling yang dilakukan untuk mengupayakan perubahan sikap dalam perilaku secara tidak langsung, melalui penyampaian informasi yang menekankan pengolahan kognitif oleh para peserta sehingga mereka dapat menerapkan sendiri suatu pengolahan kognitif tentang informasi yang diberikan kepada anggota kelompok (Winkel, 2013; Prayitno, 2018). Layanan bimbingan kelompok dirancang untuk meningkatkan kualitas proses dan hasil belajar mahasiswa. Karena dalam proses pembelajaran kelompok mahasiswa dituntut aktif dan partisipatif dalam mengikuti pembelajaran (Sukmawati., Neviyarni., Syukur., & Said, 2013). Layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini menggunakan teknik *Acceptance and Commitment*.

Menurut Hayes & Smith (dalam Yessy Elita, 2017) menjelaskan bahwa *Acceptance and Commitment* merupakan bagian dari gelombang ketiga dari terapi kognitif perilaku terapi perilaku dibagi menjadi tiga generasi yaitu behaviorisme tradisional, terapi *cognitive-behavioral* (CBT). Asumsi terapi *Acceptance and Commitment* adalah bahwa kehidupan yang terpenuhi dapat dicapai dengan mengatasi pikiran dan perasaan negatif. Inti dari *Acceptance and Commitment* adalah perubahan, baik internal (*self-talk*) maupun eksternal (tindakan) perilaku verbal. Klien harus dapat mengakui perasaan mereka dan pengalaman mereka sendiri. Terdapat tiga konsep utama yakni: 1) *Experiential avoidance*. Mengacu pada proses mencoba untuk menghindari pengalaman pribadi negatif atau menyedihkan; 2) *Acceptance*. Yang di rancang untuk membantu klien belajar bahwa menghindari pengalaman adalah bukan solusi; 3) *Commitment*. Yang berfokus pada tindakan. Hasil Penelitian Sumarlin (2013) "Model Bimbingan Kelompok Berbasis Nilai Budaya Muna untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa". Hasil penelitian ini menunjukkan model bimbingan kelompok berbasis nilai budaya muna terbukti efektif agar siswa mengenali dirinya, lingkungan dan mampu berpikir memaknai kehidupan baik di sekolah maupun di lingkungan sosial. Selanjutnya, Gumulya & Widiastuti (2013) dengan judul "Pengaruh Konsep Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Universitas Esa Unggul". Kesamaan dalam penelitian ini sama-sama meneliti perilaku konsumtif, dan meneliti mahasiswa. Perbedaannya adalah penelitian relevan membahas tentang bagaimana pengaruh konsep diri terhadap perilaku konsumtif mahasiswa. Persentase tinggi. sedangkan penelitian ini membahas tentang perilaku konsumtif mahasiswa. Sejalan dengan itu, layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Acceptance and Commitment* yang diberikan kepada mahasiswa secara terstruktur merupakan suatu pendekatan perilaku yang dapat membantu mahasiswa dalam menurunkan gaya hidup konsumtif.

Perbedaan Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa pada Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok tanpa Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* (Pretest dan Posttest)

Upaya yang dilakukan untuk meminimalisir gaya hidup konsumtif mahasiswa selain menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*, juga dapat dilakukan melalui layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis kedua yang berbunyi "Terdapat perbedaan yang signifikan gaya hidup konsumtif kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*". Pengujian dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor rata-rata gaya hidup konsumtif sebelum diberi layanan sebesar 117,5 dan berada pada kategori sedang . Sesudah diberi layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*. mengalami penurunan menjadi 89,5 dan berada pada kategori rendah. Penurunannya tidak sebesar pada kelompok eksperimen. Peningkatan skor rata-rata pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok adalah sebesar 28. Dari 8 orang mahasiswa kelompok kontrol, semua mengalami penurunan. Namun 1 orang mahasiswa secara skor mengalami penurunan tetapi masih berada pada kategori sedang. Hal tersebut terjadi karena pada saat pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, mahasiswa hanya mendengarkan dan memberikan tanggapan seadanya mengenai materi yang dibahas. Peningkatan tersebut terjadi karena mahasiswa mendapatkan pemahaman baru mengenai materi yang dibahas, berbeda dengan kelompok eksperimen yang diberi latihan dan contoh nyata sikap atau perilaku yang ingin dicapai, sehingga peningkatannya lebih tinggi pada kelompok eksperimen.

Bimbingan kelompok merupakan upaya pemberian bantuan pada individu yang memerlukan, melalui kegiatan kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media. Gerak dan arah pencapaian tujuan kelompok ditentukan oleh dinamika

kelompok, suasana kelompok yang benar-benar hidup akan dapat terlihat pada dinamika kelompok yang telah berkembang secara efektif yang ditandai dengan tercapai tujuan yang telah dirumuskan. Gaya hidup konsumtif begitu dominan dikalangan mahasiswa, hal tersebut dikarenakan secara psikologis, mahasiswa masih berada dalam proses pembentukan jati diri dan sangat sensitif terhadap pengaruh dari luar, bukan hanya sebatas makanan saja, akan tetapi konteks perilaku konsumtif sangat luas, sehingga mahasiswa merupakan obyek yang menarik untuk diminati para ahli pemasaran karena biasanya mudah terbujuk rayuan iklan, suka ikut-ikutan teman, lebih mementingkan gengsinya untuk membeli barang-barang yang bermerek atau yang menjadi *trend center* di kampusnya agar dianggap tidak ketinggalan zaman (Fitriyani, Widodo, & Fauziah 2017; Purwaningrum & Palupi, 2018; Nilawati & Muhammad, 2014). Berdasarkan data yang dilansir oleh Kompas rentang usia 15-24 tahun mendominasi 80% pengguna jasa produsen. 25% sumber informasi berasal dari televisi dan 21% dari iklan media sosial seperti *facebook*, *instagram*, *twitter* atau *whatsapp*, pemberitaan *online* juga ikut dalam memasarkan produk-produk, sementara 24% lainnya mendapat informasi soal produk-produk lewat promosi dari mulut ke mulut. Data tersebut diperoleh menggunakan aplikasi *Snapcart* dengan memanfaatkan teknologi *Optical Character Recognition (OCR)* pada 6.123 responden. Data di atas sudah jelas bahwa jumlah konsumen lebih banyak berasal dari generasi muda khususnya mahasiswa yang sebelumnya tidak mengedepankan urusan penampilan dan gaya hidup, dengan adanya perubahan sosial sesuai teori yang dikemukakan Gavish (2018) bahwa perubahan terjadi akibat munculnya hal-hal baru baik tempat, sikap, tindakan, dan interaksi, ini menyebabkan perubahan sikap dan tindakan mahasiswa. Bervariasinya penurunan hubungan interpersonal pada kelompok kontrol dikarenakan layanan bimbingan kelompok yang cenderung memberikan informasi dan pemahaman baru kepada anggota kelompok tanpa adanya latihan dan praktik yang dapat menjadikan anggota kelompok lebih mandiri. Oleh karena itu, penting bagi peneliti untuk menggunakan teknik konseling dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling yang akan sangat berguna bagi mahasiswa untuk mengembangkan kehidupan efektif sehari-hari (KES), dan mengentaskan berbagai permasalahan yang dihadapinya.

Perbedaan Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* untuk Mengurangi Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa kelompok pada kelompok eksperimen dan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* pada kelompok kontrol dalam meminimalisir gaya hidup konsumtif mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan gaya hidup konsumtif pada kelompok eksperimen yang diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* dan pada kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan tanpa menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*. Hal ini dapat dilihat dari hasil skor rata-rata posttest kelompok eksperimen sebesar 83,125 dan kelompok kontrol sebesar 89, 5. Dari hal ini dapat dilihat perbedaan penurunan dengan rata-rata skor sebesar 6,38 antara posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dari jumlah ini terlihat jelas perbedaan hasil posttest dari masing-masing kelompok. Uji hipotesis yang telah dilakukan membuktikan bahwa nilai *Asymp. Sig.(2- tailed)* $0,088 < 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok penelitian diberikan perlakuan yang berbeda namun menggunakan layanan yang sama, yakni bimbingan kelompok. Kelompok eksperimen diberi dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* dan pada kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan tanpa menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok Antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki tahapan yang berbeda dalam pelaksanaannya.

Perbedaan Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* untuk Mengurangi Gaya Hidup Konsumtif Mahasiswa kelompok pada kelompok eksperimen dan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* pada kelompok kontrol dalam meminimalisir gaya hidup konsumtif mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan gaya hidup konsumtif pada kelompok eksperimen yang diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* dan pada kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan tanpa menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*. Hal ini dapat dilihat dari hasil skor rata-rata posttest kelompok eksperimen sebesar 83,125 dan kelompok kontrol sebesar 89, 5. Dari hal ini dapat dilihat perbedaan penurunan dengan rata-rata skor sebesar 6,38 antara posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dari jumlah ini terlihat jelas perbedaan hasil posttest dari masing-masing kelompok. Uji hipotesis yang sudah dilakukan dapat membuktikan bahwa nilai Asymp. Sig.(2- tailed) $0,088 < 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok penelitian diberikan perlakuan yang berbeda namun menggunakan layanan yang sama, yakni bimbingan kelompok. Kelompok eksperimen diberi dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* dan pada kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan tanpa menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok Antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki tahapan yang berbeda dalam pelaksanaannya. Berdasarkan skor di atas terlihat dengan jelas perbedaan skor rata-rata antara posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Jumlah tersebut dapat dilihat dari skor hasil posttest yang tidak begitu jauh berbeda. Namun, hal ini tentu terdapat perbedaan hasil yang signifikan, antara layanan bimbingan kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* daripada kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan tanpa menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*. Hal ini disebabkan adanya komponen komponen dalam teknik *Acceptance and Commitment* yang menjadi keunggulan teknik konseling tersebut, membantu mahasiswa lebih aktif dalam proses yang dialaminya. Teknik *Acceptance and Commitment* memiliki tiga konsep utama yakni: 1) *Experiential avoidance*, mengacu pada proses mencoba untuk menghindari pengalaman pribadi negatif atau menyedihkan; 2) *Acceptance*, yang di rancang untuk membantu klien belajar bahwa menghindari pengalaman adalah bukan solusi; 3) *Commitment*, yang berfokus pada tindakan. Hal ini mampu membuat mahasiswa memiliki komitmen yang kuat atas gaya hidup konsumtif agar lebih mampu mengontrol sikap dan perilaku yang dapat merugikan diri sendiri. Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa antara layanan bimbingan kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* daripada kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan tanpa menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* lebih efektif dalam mengurangi gaya hidup konsumtif mahasiswa. Hal ini terlihat dari hasil keseluruhan analisis yang dilakukan, skor hasil gaya hidup konsumtif pada kelompok eksperimen mengalami penurunan yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Dengan demikian teknik *Acceptance and Commitment* dalam layanan bimbingan kelompok membuat pelaksanaannya lebih mudah, terarah dan menyenangkan. Berdasarkan hasil analisis data di atas dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok tanpa Teknik *Acceptance and Commitment* juga baik untuk dilakukan, dengan syarat harus mengikuti langkah dan prosedur yang tepat, namun layanan bimbingan kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* lebih efektif dalam mengurangi gaya hidup konsumtif mahasiswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan data hasil penelitian dapat disimpulkan secara umum bahwa Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Acceptance and Commitment efektif digunakan untuk menurunkan gaya hidup konsumtif mahasiswa. Secara khusus dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Terdapat perbedaan skor rata-rata yang signifikan mengenai gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Acceptance and Commitment, dimana skor rata-rata gaya hidup konsumtif Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Acceptance and Commitment lebih rendah dibandingkan sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Acceptance and Commitment.
2. Terdapat perbedaan skor rata-rata gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok kontrol sebelum dan sesudah mengikuti bimbingan kelompok tanpa menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment*, dimana skor rata-rata gaya hidup konsumtif mahasiswa sesudah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* mengalami penurunan secara signifikan.
3. Terdapat perbedaan skor rata-rata gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok eksperimen yang mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok dengan menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* dan kelompok kontrol yang mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok tanpa menggunakan Teknik *Acceptance and Commitment* dimana skor rata-rata gaya hidup konsumtif mahasiswa kelompok eksperimen lebih rendah secara signifikan dibandingkan kelompok kontrol.

REFERENSI

- Azam, R., Danish, M., & Akbar, S. S. (2012). Consumption style among young adults toward their shopping behavior: an empirical study in Pakistan. *Business and Management Research*, 1 (4), 109-119.
- Fitriyani, N., Widodo, P. B., & Fauziah, N. (2017). Hubungan antara konformitas dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa di genuk indah Semarang. *E-Journal Universitas Diponegoro*, 275 (3), 55–68.
- Gavish.Y. (2018). Analyzing the antecedents of duty free consumption behavior. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 5 (12), 532–547.
- Goldsmith, R. E., Reinecke, L., & Clark, R. A. (2014). Journal Of Retailing And Consumer Services The Etiology Of The Frugal Consumer. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 21 (2), 175–184.
- Gumulya, J., & Widiastuti, M. (2013). Pengaruh konsep diri terhadap perilaku konsumtif mahasiswa. *Prosiding SNaPP2013 Sosial, Ekonomi, Dan Humaniora*, 176 (5), 1–16.
- Kazemina, A., Kaedi, M., & Ganji, B. (2019). Personality-based personalization of online store features using genetic programming: analysis and experiment. *Journal of Theoretical and Applied Electronic Commerce Research*, 14 (1), 1-14.
- Liu, W., Lin, C., Lee, Y. S., & Deng, D. (2012). On gender differences in consumer behavior for online financial transaction of cosmetics. *Mathematical and Computer Modeling*, 28 (5), 78-99.
- Moser, C. (2019). *Impulse Buying : Design Practices And Consumer Needs*. Glasgow, Scotland UK, 13 (1), 1–15.

- Nilawati, P., & Muhammad, A. H. (2014). Kecenderungan perilaku konsumtif remaja ditinjau dari pendapatan orangtua pada siswa-siswi SMA kesatrian 2 Semarang. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 3 (1), 62–68.
- Nurwidyawati, R. (2013). Mengatasi Konsumtif Melalui Konseling Behavioristik Pada Siswa. *Prosiding SNaPP2013 Sosial, Ekonomi, dan Humaniora*, 2 (1), 1–12.
- Palac, F., Salcedo, A., & Topa, G. (2019). Cognitive and affective antecedents of consumers satisfaction : a systematic review of two research approaches. *Sustainability*, 21 (2), 1-26.
- Prayitno. (2016). *Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Padang: UNP.
- Purwaningrum, E., & Palupi, D. (2018). Mengurangi perilaku konsumtif dengan menggunakan terapi kognitif perilaku (CBT) dengan mengungkap nilai budipekerti budaya Jawa. *Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling)*, 2 (1), 254–259.
- Rafiq, M. (2019). Consumer Attitude Toward Different Location Based Advertisement Types. *Journal of Management Information and Decision Sciences*, 3 (2), 0–19.
- Scully, K., & Moital, M. (2016). Peer Influence Strategis In Collectively Consumed Products Young Consumer. *Journal International Societies Mdpi*, 17 (1), 46-63.
- Sukmawati, I., Neviyarni, S., Syukur, Y., & Said, A. (2013). Peningkatan Hasil Belajar Melalui Dinamika Kelompok dalam Perkuliahan Pengajaran Psikologi dan Bimbingan Konseling (PPBK). *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 13(2), 10-18.
- Sumarlin. (2013). Model Bimbingan Kelompok Berbasis Nilai Budaya Muna untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(2), 116-123.
- Winkel, W. S & Hastuti, S. (2013). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*. Jakarta: Media Abadi.
- Wirawan, S. Dkk. (2002). *Teori Psikologi Sosial*. Jakarta: CV Rajawali.
- Yessy,dkk. (2017). Acceptance and Commitment Therapy (ACT) Bagi Penderita Gangguan Stress Pasca Bencana. *Jurnal Konseling dan Pendidikan Vol. 5 No. 2*.
- Yusuf, M. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.
- Zhang, L., Qu, J., Sheng, H., Yang, J., Wu, H., & Yuan, Z. (2019). Resources, conservation & recycling urban mining potentials of university : in-use and hibernating stocks of personal electronics and students disposal behaviors. *Resources, Conservation & Recycling*, 21 (1), 210–217.