

**PERILAKU DUGEM MAHASISWA: IDENTIFIKASI PENYEBAB  
DAN METODE KONSELING  
Studi Kasus Event Senin Malam Party**

Muhamad Alif Maulana<sup>1</sup>, Roma Ulinnuha<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Correspondence Email: [alifmaulana0607@gmail.com](mailto:alifmaulana0607@gmail.com)

**ABSTRACT**

*This research seeks to identify the causes of clubbing behavior in students and design an effective counseling method to overcome this phenomenon. The aim of writing this article is to provide a more in-depth view of the dynamics of clubbing behavior in students and to provide a practical contribution in the development of counseling methods that can help overcome deviant behavior. The main focus of this research is a case study of the Monday Night Party Event which represents a popular clubbing activity among students. Through qualitative research methods, data was collected through in-depth interviews and participant observation of students who were actively involved in the event. The results of this research show that the reason students enjoy clubbing is a form of conformity to the behavior of the group in which the individual associates. Apart from that, clubbing is also considered a form of habitus influence that is internalized in individuals as agents to shape behavior. An in-depth analysis of these factors provides the insight needed to design targeted counseling methods. In designing counseling methods, a holistic approach that includes psychological, social and academic aspects is integrated to provide comprehensive support to students*

**Keywords:** College Student, Clubbing, Counseling.

**ABSTRAK**

*Penelitian ini berusaha mengidentifikasi penyebab perilaku dugem pada mahasiswa dan merancang metode konseling yang efektif untuk mengatasi fenomena tersebut. Tujuan penulisan artikel ini adalah untuk dapat memberikan pandangan yang lebih mendalam tentang dinamika perilaku dugem pada mahasiswa serta memberikan kontribusi praktis dalam pengembangan metode konseling yang dapat membantu mengatasi perilaku menyimpang. Fokus utama penelitian ini adalah pada studi kasus Event Senin Malam Party yang menjadi representasi kegiatan dugem yang populer di kalangan mahasiswa. Melalui metode penelitian kualitatif, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi partisipatif terhadap mahasiswa yang aktif terlibat dalam event tersebut. Hasil penelitian ini menunjukkan penyebab mahasiswa menggemari clubbing adalah adanya bentuk konformitas terhadap perilaku kelompok tempat individu tersebut bergaul. Selain itu, dugem juga dianggap sebagai bentuk pengaruh habitus yang terinternalisasi pada individu sebagai agen untuk membentuk perilaku. Analisis mendalam terhadap faktor-faktor tersebut memberikan wawasan yang diperlukan untuk merancang metode konseling yang tepat sasaran. Dalam merancang metode konseling, pendekatan holistik yang mencakup aspek psikologis, sosial, dan akademik diintegrasikan untuk memberikan dukungan komprehensif kepada mahasiswa.*

**Kata Kunci:** Mahasiswa, Dugem, Konseling.

## PENDAHULUAN

Kota Yogyakarta terkenal dengan julukannya sebagai kota pelajar. Hal ini tentunya tidak semata-mata datang begitu saja tanpa ada sebab musababnya, adanya julukan tersebut dikarenakan banyaknya orang-orang yang merantau ke Yogyakarta dengan tujuan untuk menempuh pendidikan. Orang dari berbagai daerah bahkan dari luar pulau Jawa sekalipun berbondong-bondong merantau ke kota ini. Sehingga memang sudah sepatutnya mendapatkan julukan semacam itu.

Dibalik harumnya nama Jogja yang dijuluki sebagai kota pelajar, terdapat sisi gelap dari kehidupan kota Jogja. Selain terkenal dengan sarkem-nya, Jogja juga dikenal dengan banyaknya tempat hiburan malam yang tersedia di kota ini. Dalam bahasa gaul biasa di kenal dengan istilah dugem (dunia gemerlap malam). Kekelaman ini ditambah lagi dengan fakta bahwa tempat hiburan malam ternyata juga banyak didatangi oleh mahasiswa-mahasiswa. Mahasiswa pada umumnya memiliki kisaran umur antara 18-20-an, usia ini masihlah terbilang muda. Seperti yang kita ketahui bahwa anak muda memiliki rasa penasaran dan rasa keingintahuan yang sangat tinggi. Ditambah lagi dengan adanya ajakan dari teman yang memperkenalkan budaya baru juga turut memicu banyaknya anak muda yang ingin ikut *clubbing* (Senduk, 2016).

Dunia gemerlap atau dugem didefinisikan sebagai suatu kegiatan atau aktivitas pertunjukkan yang berada di dalam suatu ruangan benuansa redup dengan lampu-lampu dan diiringi dengan musik (Anggraini, 2019). Kegiatan ini juga biasa dikenal dengan istilah *clubbing* karena tempat-tempat hiburan malam yang mengadakan acara semacam ini biasa disebut dengan club. *Clubbing* saat ini sudah menjelma menjadi *lifestyle* di kalangan anak muda sebagai bentuk

pengekspresian diri terhadap modernitas. Anak muda yang mengikuti *lifestyle* ini dianggap gaul dan mengikuti tren. Begitupun sebaliknya apabila tidak mengikuti tren ini dianggap ketinggalan jaman atau jadul.

Selain sebagai bentuk modernitas, dugem juga dapat dikatakan sebagai budaya hedonisme. Hedonisme sendiri merupakan sikap yang merepresentasikan kesenangan dengan kemewahan, konsumtif, dan berlebihan. Karena untuk *clubbing* bisa menghabiskan nominal yang terbilang cukup mahal, biasanya identik dengan mengkonsumsi minuman keras yang mana minuman yang disediakan di dalam sebuah tempat hiburan malam terbilang mahal berkisar ratusan ribu hingga jutaan rupiah (Setianingsih, 2018).

Selain dipandang sebagai suatu bentuk modernitas dan budaya hedonisme. Perilaku *Clubbing* juga dianggap sebagai sebuah patologi sosial atau penyakit sosial. Hal ini tentunya akan mendapat stigma negatif di pandangan masyarakat. Orang awam kebanyakan langsung men-judge bahwa orang yang berperilaku merupakan representasi karena didikan keluarga yang tidak baik, *broken home*, anak yang bermasalah, dan masih banyak lagi stigma-stigma negatif lainnya. Apabila ditelaah lebih dalam lagi sebenarnya fenomena tersebut tidak sesederhana itu. Bahkan terdapat latar belakang yang cukup kompleks dibalik orang-orang melakukan perilaku yang dianggap negatif ini.

Selain pengaruh dari pergaulan, perilaku-perilaku yang dilakukan oleh anak-anak muda juga sering kali merupakan sebuah bentuk pengekspresian emosi. Dimana perilaku-perilaku negatif semacam ini sebagai bentuk pelarian dari suatu permasalahan yang mereka alami. Dengan mengekspresikan emosinya dianggap mengurangi beban permasalahan yang ada dan sebagai *stress release*.

Aktifitas dugem memiliki stigma yang negatif di pandangan masyarakat. Kegiatan yang dianggap negatif di dalam masyarakat biasanya disebut juga sebagai patologi sosial atau penyakit sosial. Tentunya sebuah penyakit perlu dilakukan penyembuhan agar tidak menimbulkan suatu kerugian dan masalah di masa mendatang. Karena dugem erat kaitannya dengan mengkonsumsi minuman keras, sex bebas, bahkan hingga penggunaan obat-obatan terlarang (Hertindha, 2018).

Disinilah peran keilmuan bimbingan dan konseling untuk dapat peka dan berperan aktif menekan maraknya kegiatan yang merupakan bentuk patologi semacam ini. Namun untuk menangani suatu permasalahan kita tidak dapat serta merta memberikan intervensi begitu saja. Melainkan diperlukan perencanaan dan pengetahuan terkait latar belakang dari permasalahan yang ada terlebih dahulu.

Perilaku dugem pada mahasiswa telah menjadi subjek penelitian yang banyak dijelajahi dalam literatur ilmiah. Penelitian-penelitian terdahulu telah mengungkapkan berbagai aspek fenomena ini, menganalisis faktor-faktor penyebab, serta mengeksplorasi dampaknya terhadap kesejahteraan mahasiswa. Seperti penelitian yang dilakukan oleh (Senduk, 2016) menggambarkan bagaimana bentuk perilaku dugem pada mahasiswi di Manado. Penelitian dengan topik serupa juga pernah dilakukan oleh (Tyas & Kuncoro, 2018) yang melakukan pengukuran terkait korelasi pengaruh teman sebaya terhadap perilaku menyimpang seperti dugem ini. Ada pula penelitian dari (Novita, 2019) yang berusaha menggali motivasi dari mahasiswa yang melakukan perilaku dugem.

Namun, sejauh pencarian dari penulis, tampaknya belum ada penelitian yang secara khusus mengeksplorasi peran habitus dalam pembentukan

perilaku menyimpang, khususnya dalam konteks perilaku dugem.

Banyak penelitian terdahulu telah mendokumentasikan variasi dalam perilaku dugem mahasiswa, mengidentifikasi tekanan akademik, pengaruh teman sebaya, dan stres psikologis sebagai faktor-faktor yang memainkan peran penting. Beberapa penelitian juga melibatkan aspek-aspek sosial dan budaya dalam menganalisis bagaimana lingkungan kampus dan norma sosial dapat memengaruhi perilaku mahasiswa.

Meskipun penelitian-penelitian tersebut memberikan wawasan yang berharga, kurangnya eksplorasi terkait peran habitus dalam pembentukan perilaku menyimpang menciptakan celah pengetahuan. Habitus, sebagai struktur mental yang membentuk pola-pola tindakan dan pemikiran individu, mungkin memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pilihan perilaku, termasuk perilaku dugem.

Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menjelajahi peran habitus dalam pembentukan perilaku dugem pada mahasiswa. Dengan menggali lebih dalam, diharapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman lebih mendalam tentang bagaimana struktur mental dan budaya individu berkontribusi terhadap kecenderungan perilaku menyimpang, khususnya dalam konteks kegiatan dugem.

Melalui pendekatan tersebut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pemahaman kita tentang perilaku dugem mahasiswa. Eksplorasi peran habitus dapat membantu mengidentifikasi faktor-faktor yang belum terlihat sebelumnya dan memperkaya kerangka konseptual dalam menjelaskan dinamika perilaku dugem. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini dapat memberikan landasan untuk pengembangan strategi intervensi yang

lebih tepat dan berkelanjutan dalam mengatasi perilaku dugem pada mahasiswa.

## **METODE PENELITIAN**

Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif, penelitian jenis ini adalah penelitian yang digunakan dengan tujuan untuk menggambarkan, menjelaskan, dan menjawab permasalahan-permasalahan yang ada terkait fenomena serta peristiwa yang terjadi saat ini (Arsyam & Tahir, 2021). Dengan desain penelitian tersebut, peneliti berusaha mengetahui apa yang melatarbelakangi maraknya mahasiswa yang terjerumus dalam dunia *clubbing* dan apa penyebab dari fenomena yang banyak terjadi di lapangan tersebut. Setelah mendapatkan jawaban terkait penyebab dan latar belakangnya, peneliti berupaya untuk merumuskan pendekatan yang dapat dengan efektif mereduksi banyaknya fenomena mahasiswa yang terjerumus ke dalam *lifestyle* dugem. Sehingga hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan oleh para konselor dan seluruh praktisi yang bergerak di dunia konseling dalam rangka memberikan intervensi terhadap permasalahan serupa.

Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara melakukan interview kepada mahasiswa yang suka dengan kegiatan *clubbing*. Untuk memfokuskan penelitian ini, subyek penelitian diambil pada mahasiswa yang ikut berpartisipasi pada acara "Senin Malam Party". Subyek penelitian sebanyak 3 orang mahasiswa dan pengambilan data dilakukan dengan wawancara untuk mengetahui latarbelakang dan motivasi mereka dalam mengunjungi tempat hiburan malam. Selain wawancara, penelitian ini juga menggunakan kajian literasi yang bersumber dari buku, jurnal publikasi, dan literasi lainnya yang relevan untuk

dapat mendukung tawaran pemberian intervensi yang sesuai untuk mengatasi permasalahan terkait mahasiswa *clubbing*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Teori Habitus Pierre Bourdieu**

Teori yang dicetuskan oleh Pierre Bourdieu ini berlatar belakang dari oposisi antara teori objektivisme yang menekankan perilaku manusia merupakan pengaruh dari faktor eksternal dan teori subjektivisme yang menekankan bahwa perilaku manusia berfokus pada individu sebagai pelaku dari perilaku tersebut. Teori Pierre Bourdieu ini muncul sebagai penengah yang mana mengkombinasikan kedua pendapat yang saling beroposisi tadi.

Habitus didefinisikan sebagai sebuah struktur yang ada pada kognitif manusia yang mana dengan adanya habitus ini seorang individu dapat bersosialisasi dengan individu maupun kelompok lain dalam dunia sosial. Dalam diri individu terdapat skema internalisasi yang berfungsi untuk mengakses, memahami, hingga mengevaluasi hal-hal di dunia sosial. Hal inilah yang nantinya akan diproses oleh individu sebagai praktik dirinya dalam kehidupan sosial. Penjelasan sederhananya yaitu perilaku individu juga dipengaruhi oleh perilaku yang ada di sekitarnya dan bersinggungan dengan individu tersebut, namun di sisi lain individu ini juga memiliki kontrol untuk memilih perilaku yang akan ia adaptasi maupun modifikasi yang nantinya dilakukan sebagai praktik di dunia sosial (Ritzer & Goodman, 2009).

Pendapat serupa juga di kemukakan (Fashri, 2007) yang mana menyebutkan habitus sebagai promotor dalam penginternalisasian perilaku-perilaku sosial yang didapat individu selama proses hidupnya yang kemudian dipraktikkan dalam bentuk sebuah tindakan yang baru.

Habitus merupakan seperangkat disposisi atau kecenderungan yang mendorong individu sebagai agen untuk dapat bereaksi dan melakukan tindakan dengan cara tertentu (Puspita & Almawangir, 2019).

Adapun terdapat tujuh elemen penting yang terdapat pada konsep habitus ini dalam pembentukan perilaku manusia (Puspita & Almawangir, 2019):

1. Produk sejarah, hal ini merupakan aspek pendorong yang diperoleh dari hasil belajar semasa hidupnya yang menentukan agen untuk bertindak.
2. Struktur sosial tempat individu dilahirkan, aspek ini juga banyak menentukan perilaku individu. Individu yang dilahirkan di keluarga yang memiliki strata sosial tinggi tentu akan memiliki sikap yang berbeda dengan individu yang dilahirkan pada strata sosial yang rendah.
3. Disposisi yang menjadi pendorong ini juga sekaligus menjadi kerangka bagi agen dalam berpersepsi, representasi, dan berperilaku.
4. Habitus dapat dialihkan ke dalam kondisi sosial lainnya.
5. Bersifat pra-sadar.
6. Bersifat teratur dan berpola.
7. Habitus dapat diarahkan sesuai tujuan dan hasil tertentu namun tanpa ada kesadaran untuk mencapai hal tersebut.

Habitus tidak hanya terdapat pada individu saja. Melain juga terdapat istilah yang dikenal dengan habitus kolektif yang menggambarkan dorongan suatu kelompok dalam menggambarkan internalisasi persepsi dan perilaku secara berkelompok (Puspitasari, 2013).

Dari pemaparan-pemaparan yang telah dijelaskan terkait habitus di atas, dapat diketahui bahwa habitus ini merupakan bentuk dorongan dalam diri individu yang menjadi penentu penggambaran perilaku dalam berhubungan sosial. Dorongan ini merupakan hasil dari pengalaman-

pengalaman yang terinternalisasi dalam diri manusia selama hidup.

Penemuan di lapangan menunjukkan bahwa habitus ini juga merupakan latar belakang dari para mahasiswa yang terjerumus dalam dunia *clubing*. Saat ini apabila dilihat di sosial media banyak konten-konten viral yang menggambarkan kehidupan anak muda bahkan di Yogyakarta yang mengunjungi tempat-tempat hiburan malam untuk bersenang-senang dan berpesta. Konten-konten seperti itu biasanya menggambarkan kesenangan dan kebebasan yang begitu menarik untuk diikuti. Khususnya bagi kamu muda-mudi yang memiliki semangat kebebasan.

Konten-konten yang viral semacam ini bisa jadi merupakan strategi marketing dari tempat-tempat hiburan malam tersebut untuk memperoleh engagement di media sosial dan juga dapat menarik para pengunjung agar mengunjungi tempat tersebut sehingga memperoleh keuntungan.

Faktanya konten-konten semacam ini memang berpengaruh dalam meng-*influence* para mahasiswa untuk tertarik dengan dunia gemerlap malam. Ditambah lagi dengan semangat anak muda yang ingin selalu mengikuti hal-hal yang sedang ramai, sehingga dengan konten-konten terkait *clubing* yang ramai bersliweran di sosial media juga ikut andil dalam memotivasi anak-anak muda untuk mencoba.

Selain itu apabila dipandang dari sudut pandang habitus, yang menjadi pendorong para mahasiswa untuk ikut dalam perilaku dugem ini akibat faktor dari teman-temannya yang terlebih dahulu terjerumus dan melakukan perilaku dugem dengan mengunjungi tempat-tempat hiburan malam untuk berpesta.

Dari sini individu akan melihat perilaku teman-temannya, yang kemudian dapat memunculkan persepsi dan internalisasi dalam dirinya dengan refleksi kegiatan *clubing* sebagai kegiatan

yang menyenangkan, mengekspresikan kebebasan dan modernitas anak muda. Kemudian dari persepsi tersebut terbentuklah keinginan untuk ikut melakukan dan mencoba hal tersebut.

### **Konformitas**

Menurut Baron & Byrne (Mulyadi dkk., 2016) konformitas didefinisikan sebagai suatu perilaku yang dilakukan oleh individu sebagai bagian dari suatu kelompok untuk berperilaku atau mengubah perilakunya dalam rangka penyesuaian diri terhadap norma-norma yang berlaku dalam kelompok tersebut. Penyesuaian ini dapat dilakukan atas dasar keinginan individu tersebut atau dengan paksaan dari anggota kelompok yang lain. Selain dalam rangka penyesuaian diri sebagai anggota kelompok dengan norma kelompok, konformitas juga dilakukan oleh individu dengan tujuan agar individu tersebut dapat diterima dengan baik dalam kelompok tersebut.

Sedangkan menurut (Sovitriana & Sianturi, 2021) konformitas ini dikatakan sebagai suatu perubahan perilaku individu yang dilakukan karena adanya tekanan dari suatu kelompok sebagai bentuk respon dan penyesuaian atas kelompok tersebut. Penjelasan sederhananya yaitu konformitas ini dapat dikatakan sebagai perubahan perilaku yang dilakukan individu karena adanya dorongan dari kelompok.

Kemudian menurut Suryanto (Maryam, 2018) konformitas merupakan bentuk pengaruh sosial yang dapat merubah perilaku individu yang lebih sesuai dengan perilaku ataupun norma yang berlaku pada suatu kelompok. Sehingga individu yang melakukan konformitas semacam ini dapat di terima dengan baik di kelompok tersebut.

Mayers (Vatmawati, 2019) berpendapat bahwa konformitas adalah suatu perubahan sikap atau perilaku ataupun kepercayaan seseorang yang berubah menjadi sama dengan orang lain

kebanyakan. Sehingga dalam konformitas tidak hanya perilaku individu yang dapat berubah melainkan juga pandangan individu terhadap sesuatu hal.

Dari pendapat-pendapat di atas yang mendefinisikan arti kata konformitas, dapat disimpulkan bahwa konformitas di sini merupakan sebuah bentuk kompromi yang dilakukan oleh individu dengan cara melakukan perubahan pada pandangan atau pada perilakunya dengan pandangan dan perilaku yang menjadi norma yang berlaku dalam suatu kelompok tertentu. Dengan melakukan perubahan perilaku dan pandangan yang dilakukan oleh individu ini bertujuan untuk menyesuaikan diri dengan kelompok dimana individu tersebut berada, dengan maksud agar dapat diterima dengan baik oleh kelompok baru tempat individu tersebut bergabung.

Konformitas ini dapat terjadi dengan adanya paksaan dari kelompok maupun tanpa paksaan. Konformitas yang disertai paksaan biasanya terjadi pada kelompok yang sudah memiliki norma-norma dan aturan tertentu dalam kelompoknya yang berlaku sejak lama, sehingga ketika terdapat individu tergabung di dalam kelompok tersebut haruslah mengikuti norma-norma yang berlaku pada kelompok tersebut untuk dapat tergabung dalam kelompok.

Sedangkan konformitas yang tidak disertai dengan paksaan biasanya terjadi atas dasar kesadaran individu itu sendiri untuk dapat berperilaku sesuai dengan kebiasaan dan norma yang ada di sekitarnya. Sehingga individu tersebut dapat diterima dengan baik oleh kelompok tersebut.

Kaitannya dengan perilaku dugem yang banyak dijadikan sebagai *lifestyle* oleh mahasiswa. Konformitas merupakan salah satu hal yang menjadi latar belakang dari fenomena tersebut. Temuan di lapangan menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengikuti gaya hidup *clubbing* ini pada awalnya

dilatarbelakangi dengan ikut-ikutan dan ajakan dari temannya (Anugrah, 2018).

Perilaku ikut-ikutan yang mendasari mahasiswa untuk *clubing* ini juga dapat dikatakan sebagai bentuk konformitas pada diri mahasiswa tersebut. Karena mencoba untuk menyesuaikan perilakunya dengan kelompoknya yaitu teman-temannya yang mengajak untuk *clubing* tersebut. Dengan maksud agar dirinya dapat diterima dengan baik pada kelompok tersebut.

Selain itu dengan ikut bergabung mengunjungi tempat-tempat hiburan malam seperti ini dianggap sebagai gaya hidup modern. Sehingga dengan ikut bergabung harapannya akan dipandang sebagai anak gaul dan tidak ketinggalan jaman.

### **Pendekatan Konseling untuk Perilaku Dugem pada Mahasiswa**

Pada pembahasan sebelumnya telah dijelaskan bahwa latar belakang yang menjadi pendorong bagi mahasiswa untuk mengikuti gaya hidup dugem ini karena adanya dorongan dari faktor lingkungan sekitar, mulai dari teman-teman yang gemar *clubing* dan banyaknya konten-konten yang beredar di sosial media tentang kehidupan anak muda yang gemar *clubing*. Sehingga dalam diri individu secara sadar maupun tidak sadar ter-*influence* untuk ikut melakukan hal tersebut karena dinilai sebagai bentuk gaya hidup modern yang merepresentasikan kebebasan anak muda.

Namun gaya hidup semacam itu dinilai sebagai sebuah patologi sosial di kalangan masyarakat umum dan perlu direduksi agar tidak menimbulkan kerugian di masa mendatang baik bagi individu yang melakukan maupun masyarakat luas. Hal ini dikarenakan gaya hidup *clubing* sangat identik dengan mengkonsumsi minuman beralkohol dan seks bebas.

Oleh karena itu pada penelitian ini selain mencoba mengetahui latar belakang dari fenomena mahasiswa yang *clubing* juga berusaha memberikan tawaran intervensi yang dapat mengurangi perilaku negatif semacam ini. Untuk teknik-teknik pendekatan konseling yang relevan untuk dapat digunakan dalam mengatasi permasalahan tersebut adalah sebagai berikut:

### **Pendekatan Behavioral**

Pendekatan behavioral ini merupakan pendekatan konseling yang dikembangkan oleh Albert Bandura. Hakikat konseling dalam pendekatan behavioral ini adalah proses pemberian bantuan dalam sebuah kelompok belajar untuk menyelesaikan masalah-masalah interpersonal, emosional dan pengambilan keputusan. Aspek yang disoroti pada pendekatan ini bahwa perilaku dapat dilakukan perubahan dengan adanya suatu pengondisian (Aryani dkk., 2022).

Perilaku dugem pada mahasiswa merupakan fenomena kompleks yang memerlukan pendekatan intervensi yang tepat. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan dalam menangani perilaku dugem adalah pendekatan behavior atau perilaku. Dalam konteks ini, fokus utama adalah pada perubahan perilaku mahasiswa agar dapat mengelola dan mengurangi kecenderungan untuk melakukan dugem.

Pendekatan behavior berfokus pada pemahaman bahwa perilaku dapat dipahami dan dimodifikasi melalui intervensi yang bersifat konkret dan terukur. Pada dasarnya, pendekatan ini menekankan pentingnya mengidentifikasi stimulus dan respons yang terlibat dalam perilaku tertentu serta merancang strategi intervensi untuk mengubah perilaku tersebut (Watson, 2017).

Langkah awal dalam penerapan pendekatan behavior adalah

mengidentifikasi faktor-faktor pendorong perilaku dugem. Ini melibatkan analisis mendalam terhadap kondisi atau situasi tertentu yang memicu mahasiswa untuk terlibat dalam kegiatan dugem. Faktor-faktor ini dapat meliputi tekanan akademik, pergaulan teman sebaya, atau dorongan emosional.

Setelah faktor-faktor pendorong teridentifikasi, langkah selanjutnya adalah merancang strategi perubahan perilaku. Ini melibatkan pembentukan kebiasaan positif yang dapat menggantikan perilaku dugem. Contohnya, pengembangan kegiatan alternatif yang lebih sehat dan konstruktif, seperti bergabung dengan klub atau kegiatan sosial yang tidak terkait dengan kegiatan dugem.

Pendekatan behavior juga mencakup penerapan penguatan positif dan hukuman negatif. Dalam konteks ini, penguatan positif dapat melibatkan pengakuan atau hadiah atas perilaku positif yang mengurangi keterlibatan dalam dugem, sedangkan hukuman negatif dapat berupa konsekuensi yang tidak diinginkan akibat perilaku dugem.

Penting untuk memantau dan mengevaluasi efektivitas intervensi secara berkala. Hal ini melibatkan pengumpulan data terkait perubahan perilaku, pengidentifikasian kemungkinan hambatan, dan penyesuaian strategi intervensi sesuai kebutuhan. Pendekatan behavior yang efektif memerlukan kesinambungan dan adaptasi sesuai dengan respons mahasiswa terhadap intervensi.

Penerapan pendekatan behavior dalam menangani perilaku dugem pada mahasiswa dapat memberikan kerangka kerja yang sistematis dan terarah. Dengan fokus pada perubahan perilaku yang spesifik, intervensi ini dapat membantu mahasiswa menggantikan kebiasaan dugem dengan aktivitas yang lebih positif dan mendukung, sehingga mendukung

kesejahteraan mental dan sosial mereka di lingkungan kampus.

### **Pendekatan Psikoanalisis**

Pendekatan ini merupakan teori yang dikembangkan oleh Sigmund Freud. Psikoanalisis memandang bahwa struktur yang ada pada diri manusia ada id, ego, dan superego. Id di sini merupakan sumber utama penggerak dari ego dan superego. Ego merupakan aspek pengatur yang mengeksekusi kebutuhan pada dunia nyata. Superego merupakan wewenang moral yang memberikan kontrol agar perilaku yang muncul pada diri individu dapat sesuai dengan norma-norma dan aturan yang berlaku pada masyarakat (Ardiansyah dkk., 2022). Kaitannya sebagai intervensi untuk merubah perilaku maladaptif mahasiswa yang gemar *clubing* ini dengan psikoanalisis dapat menekankan pada penguatan superego individu tersebut. Dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran individu tersebut dalam melakukan perilaku dan menginternalisasi perilaku yang sesuai dengan norma-norma masyarakat yang berlaku dan positif (Bertens, 2006).

### **Pendekatan Konseling Realitas**

Pendekatan ini dikembangkan oleh William Glasser. Terapi ini sebagai kritik psikoanalisis, konseling realitas menekankan pada perilaku konseli saat ini dan kedepannya (Rahmah, 2019). Kaitannya dengan permasalahan mahasiswa *clubing*, teknik pendekatan ini dapat dilakukan dengan mengkonfrontasikan perilaku konseli sebagai evaluasi perilaku saat ini, kemudian dapat memberikan perencanaan-perencanaan perilaku adaptif yang diperlukan oleh konseli.

Penerapan pendekatan konseling realitas dalam menangani perilaku dugem pada mahasiswa menawarkan strategi praktis dan kontekstual untuk memahami serta mengatasi tantangan yang muncul. Konseling realitas, yang

dikembangkan oleh William Glasser, menekankan pada tanggung jawab pribadi, pemahaman yang jelas tentang realitas, dan pengambilan keputusan yang efektif.

Pendekatan konseling realitas pertama-tama membangun pemahaman terhadap realitas, mengajak mahasiswa untuk mengenali dan mengakui keadaan serta konsekuensi dari perilaku dugem. Terapis bekerja sama dengan mahasiswa untuk mengidentifikasi realitas hidup mereka, termasuk dampak dari kegiatan dugem terhadap kesejahteraan pribadi, akademis, dan sosial.

Konseling realitas menegaskan pentingnya tanggung jawab pribadi dalam mengatasi masalah. Terapis membantu mahasiswa untuk menyadari bahwa mereka memiliki kendali atas pilihan dan tindakan mereka, termasuk keputusan untuk terlibat dalam dugem. Dalam proses ini, mahasiswa diajak untuk mempertimbangkan dampak positif dan negatif dari setiap pilihan yang mereka buat (Daud, 2019).

Dalam penerapan konseling realitas, terapis membantu mahasiswa menyusun tujuan yang jelas dan terukur untuk menggantikan perilaku dugem. Tujuan ini dirancang untuk mendukung perubahan positif dalam kehidupan mahasiswa, seperti meningkatkan produktivitas akademis, membangun hubungan sosial yang sehat, atau menemukan cara-cara alternatif untuk bersenang-senang.

Pendekatan ini mendorong perubahan pola pikir mahasiswa terhadap kegiatan dugem. Terapis dapat membantu mereka mengeksplorasi pilihan alternatif yang lebih positif dan memuaskan. Ini bisa mencakup pengembangan hobi, partisipasi dalam kegiatan sosial tanpa melibatkan alkohol atau obat-obatan, atau mencari cara-cara baru untuk mengelola stres.

Konseling realitas juga menyoroti pengembangan keterampilan hidup yang dapat membantu mahasiswa menghadapi tantangan sehari-hari. Terapis dapat

bekerja dengan mahasiswa untuk meningkatkan keterampilan manajemen waktu, keterampilan interpersonal, atau keterampilan coping untuk mengatasi tekanan akademik.

Penerapan konseling realitas melibatkan evaluasi terus-menerus terhadap progres mahasiswa. Terapis dan mahasiswa bekerja sama untuk mengevaluasi sejauh mana tujuan telah tercapai dan apakah perubahan yang dilakukan sesuai dengan realitas hidup mereka. Penyesuaian terus-menerus dilakukan untuk memastikan bahwa strategi intervensi tetap relevan dan efektif.

Pendekatan konseling realitas memberikan kerangka kerja yang praktis dan terarah dalam menangani perilaku dugem pada mahasiswa. Dengan membangun kesadaran terhadap realitas, meningkatkan tanggung jawab pribadi, dan merancang tujuan yang terukur, konseling realitas dapat menjadi alat yang efektif dalam membantu mahasiswa mengubah perilaku mereka menuju pilihan yang lebih positif dan membangun kesejahteraan holistik.

## KESIMPULAN

Kegiatan dugem biasa dilakukan di tempat-tempat hiburan malam saat ini begitu banyak dilakukan oleh anak-anak muda. Kegiatan semacam ini biasa disebut *clubing*. Dugem banyak diminati oleh anak-anak muda dan juga mahasiswa karena kegiatan ini dianggap sebagai bentuk budaya modern dan juga sebagai bentuk ekspresi kebebasan jiwa muda.

Latar belakang penyebab maraknya banyaknya mahasiswa yang menggemari *clubing* juga disebabkan adanya konformitas terhadap perilaku kelompok tempat individu tersebut bergaul. Sehingga individu tersebut dengan paksaan maupun tanpa adanya paksaan tertarik untuk ikut mengikuti *lifestyle* dugem dengan tujuan agar dapat diterima dengan baik di pergaulannya.

Selain sebagai bentuk konformitas terhadap kelompok, dugem juga dianggap sebagai bentuk pengaruh habitus yang terinternalisasi pada diri individu sebagai agen untuk membentuk perilaku sedemikian itu. Dimana banyaknya konten-konten sosial media yang juga merepresentasikan kesenangan dari gaya hidup ini. Sehingga banyak pemuda yang tertarik termasuk mahasiswa.

Namun perilaku ini dianggap sebagai patologi sosial oleh sebagian besar masyarakat. Karena gaya hidup ini erat hubungannya dengan mengkonsumsi minuman keras dan seks bebas. Untuk menanggulangi hal tersebut konseling berperan penting dalam menanggulangi bentuk patologi sosial. Sesuai latar belakang penyebab permasalahannya, penulis menawarkan beberapa intervensi yang relevan, antara lain pendekatan behavior, psikoanalisis, dan konseling realitas.

Akan tetapi pada penelitian ini hanya menggambarkan secara umum pendekatan yang dapat digunakan sebagai alternatif intervensi. Karena pada penelitian ini lebih berfokus untuk mengungkap latarbelakang dari fenomena mahasiswa *clubbing*. Oleh karena itu saran untuk penelitian selanjutnya bisa memberikan alternatif intervensi yang dijelaskan secara terperinci. Harapannya dapat menjadi rujukan untuk para konselor di lapangan untuk memberikan bantuan kepada konselinya.

#### DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Anggraini, D. F. (2019). Mahasiswa Hedonisme Night Clubber and Lifestyle (Terhadap Pola Perilaku Mahasiswa Pada Tempat Hiburan Night Club Di Kota Malang). *SOCIA: Jurnal Ilmu-ilmu Sosial*, 16(2), 172–186.
- Anugrah, A. (2018). Remaja Pengunjung Club Malam di Kota Pekanbaru. *JOM FISIP*, 5(2), 1–13.
- Ardiansyah, Sarinah, Susilawati, & Juanda. (2022). Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud. *Jurnal Kependidikan*, 7(1), 25–31.
- Arsyam, M., & Tahir, M. Y. (2021). Ragam Jenis Penelitian dan Perspektif. *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 2(1), 1–11.
- Aryani, W. D., Salsabila, I., Suparmika, Y., Syammach, H. K., & Azizah, N. (2022). Ragam Pendekatan Bimbingan Konseling. *Jurnal Pendidikan Indonesia: Teori, Penelitian dan Inovasi*, 2(5), 1–9.
- Bertens, K. (2006). *Psikoanalisis Sigmund Freud*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Daud, A. (2019). Penanganan Masalah Konseli Melalui Konseling Realitas. *Al Taujih*, 5(1), 80–91.
- Fashri, F. (2007). *Menyikap Kuasa Symbol: Apropriasi Reflektif Pemikiran Pierre Bourdieu*. Juxtapose.
- Hertindha, R. (2018). Kehidupan Remaja Pecinta Dunia Gemerlap. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4(9), 512–521.
- Maryam, E. W. (2018). *Buku Ajar Psikologi Sosial*. UMSIDA Press.
- Mulyadi, S., Rahardjo, W., Asmarany, A. I., & Pranandari, K. (2016). *Psikologi Sosial* (N. Widyarini, Ed.). Gunadarma.
- Novita, M. (2019). *Motivasi Mahasiswa Pelaku Dugem (Clubbing) Studi Kasus di Cafe Hugo's Kota Malang*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Puspita, F., & Almawangir, F. H. M. (2019). Peran Habitus dalam Pembentukan Kapital Intelektual Peserta Didik di Madrasah. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 170–185.
- Puspitasari, D. C. (2013). Transformasi Habitus pada Komunitas Penerima Zakat. *Jurnal Pemikiran Sosiologi*, 2(1), 97–114.
- Rahmah, H. (2019). Konseling Realitas untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Anak di Usia Sekolah Dasar. *Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah*

- Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 4(1), 37-50.
- Ritzer, G., & Goodman, D. J. (2009). *Teori Sosiologi: Dari Sosiologi Klasik Sampai Perkembangan Mutakhir Teori Sosial Postmodern*. Kreasi Wacana.
- Senduk, R. (2016). Perilaku Mahasiswi dalam Dunia Gemerlap (Dugem) di Kota Manado. *HOLISTIK*, 9(18), 1-20.
- Setianingsih, E. S. (2018). Wabah Gaya Hidup Hedonisme Mengancam Moral Anak. *MALIH PEDDAS: Majalah Ilmiah Pendidikan Dasar*, 8(2), 139-150.
- Sovitriana, R., & Sianturi, H. C. (2021). Kematangan Emosi Dan Konformitas Teman Sebaya Dengan Perilaku Agresif Pada Remaja Di Kelurahan X Kabupaten Bekasi. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(1), 118-126.
- Tyas, R. M., & Kuncoro, J. (2018). Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya Dengan Perilaku Dugem Pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 13(1), 57-67.
- Vatmawati, S. (2019). Hubungan konformitas siswa dengan pengambilan keputusan karir. *Empati-Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 55-70.
- Watson, J. B. (2017). *Behaviorism*. Routledge Taylor & Francis Group.