



## Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Role Playing Terhadap Pengendalian Perilaku Konsumtif Remaja SMA Negeri 1 Deli Tua

Rendi Edowin Sitanggang<sup>1</sup>, Ika Sandra Dewi<sup>2</sup>, Nurul Azmi Saragih<sup>3</sup>, Khairina Ulfa Syaimi<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Muslim Nusantara AL-Washliyah, Indonesia

Corresponding Author:  [rendiedowinsitanggang@umnaw.ac.id](mailto:rendiedowinsitanggang@umnaw.ac.id)

### ABSTRACT

Perilaku konsumtif ditandai dengan kecenderungan untuk membeli barang atau jasa secara berlebihan tanpa mempertimbangkan kebutuhan sebenarnya. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan di lingkungan SMA Negeri 1 Deli Tua, teridentifikasi bahwa perilaku konsumtif telah menjadi fenomena yang cukup signifikan di kalangan siswa. Observasi juga menunjukkan bahwa perilaku konsumtif ini memiliki dampak negatif yang cukup serius terhadap aspek lain dari kehidupan siswa. Banyak siswa yang mengaku kesulitan untuk fokus pada tugas-tugas akademik mereka karena terlalu banyak menghabiskan waktu dan energi untuk memikirkan tren terbaru atau mencari cara untuk mendapatkan barang yang diinginkan. Hal ini tidak hanya mengurangi motivasi belajar, tetapi juga menciptakan tekanan emosional yang cukup berat, terutama bagi siswa yang merasa tidak mampu memenuhi standar gaya hidup yang diinginkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok teknik role playing terhadap pengendalian perilaku konsumtif siswa SMA Negeri 1 Deli Tua. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas X di SMA Negeri 1 Deli Tua dengan jumlah 385 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi dengan alat pengumpulan data berupa skala perilaku konsumtif. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif, uji-t dan analisis observasi. Hasil penelitian ini ialah tingkat perilaku konsumtif siswa sebelum layanan konseling kelompok sebesar 77,4% berada pada kategori sangat tinggi, setelah diberikan treatment berupa layanan konseling kelompok teknik role playing diperoleh perilaku konsumtif siswa dalam diskusi kelompok 53,3% dengan kategori rendah. Hasil penelitian menunjukkan terjadi penurunan perilaku konsumtif pada peserta didik sebesar 24,1%. Hasil uji-t menunjukkan bahwa  $t_{hitung} = 22,990 > t_{tabel} = 2,262$  artinya Hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang menyatakan ada pengaruh layanan konseling kelompok teknik role playing terhadap perilaku konsumtif siswa kelas X di SMA Negeri 1 Deli Tua, dinyatakan diterima.

### ARTICLE INFO

*Article history:*  
Received  
12 July 2025  
Revised  
10 August 2025  
Accepted  
10 September 2025

### Key Word

### How to cite

*Perilaku Konsumtif, Konseling Kelompok, Role Playing.*

<https://pusdikra-publishing.com/index.php/josr>



This work is licensed under a  
[Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

## PENDAHULUAN

Konseling kelompok merupakan konseling yang diselenggarakan dalam kelompok dengan manfaat dinamika kelompok yang terjadi dalam kelompok itu. Masalah-masalah yang di bahas merupakan masalah perorangan yang muncul dalam kelompok itu. Dalam kelompok yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan (yaitu dalam pribadi, sosial, belajar, dan karir) seperti konseling perorangan, setiap anggota kelompok dapat menampilkan masalah yang dirasakannya (Sukardi & Kusmawati, 2008).

Menurut Erman & Prayitno (1999) konseling kelompok merupakan layanan konseling yang bertujuan untuk membahas dan mengatasi permasalahan yang dialami oleh individu. Layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah proses konseling yang diselenggarakan dalam kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Masalah yang dibahas dalam konseling kelompok adalah masalah siswa (pribadi) yang terlibat dalam kegiatan itu. Setiap anggota kelompok dapat menampilkan masalah yang dirasakannya. Pembahasan masalah dari anggota kelompok dibicarakan oleh seluruh anggota kelompok (Suhertina, 2015).

Menurut Prayitno (2017) kelebihan dari konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi seseorang, khususnya kemampuan berkomunikasinya. Melalui konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi diungkap dan didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan komunikasi seseorang berkembang secara optimal. Konseling kelompok memiliki kelebihan dalam mengembangkan kemampuan sosialisasi dan komunikasi peserta didik. Layanan ini membantu mengungkap serta mengatasi hambatan dalam sosialisasi melalui dinamika kelompok dan berbagai teknik konseling. Dengan membahas topik-topik terkait permasalahan aktual, konseling kelompok secara efektif meningkatkan keterampilan sosial dan membantu menyelesaikan permasalahan pribadi peserta didik.

*Role-playing* adalah suatu metode yang terdapat di dalam bimbingan konseling, di dalamnya terdapat teknik *role-playing* yang di lakukan dengan cara yang menyenangkan dan mengasikan sehingga individu mampu mengatasi frustrasi, masalah masalah yang terdapat di dalam diri individu yang di dalamnya terdapat konselor atau terapi yang menganalisis konflik-konflik yang terdapat di dalam diri individu. *role-playing* dapat membantu individu mengenali perasaannya sehingga individu dapat mengkomunikasikan perasaan yang di milikinya, selain itu melalui teknik *role-playing* individu juga dapat memahami potensi diri dan mengembangkan kemampuan, kreatifitas yang ia miliki sehingga individu dapat keluar dari konflik dan krisis yang sedang

dialami. Sehingga dapat disimpulkan dengan terapi melalui teknik *role-playing* diharapkan klien menjadi mandiri, sehingga dapat mengimplikasikan kemampuan untuk memecahkan masalah dengan menggunakan sumber daya diri sendiri secara utuh untuk berfikir, merasakan, dan berperilaku merespon realitas yang ada. Dalam bidang pendidikan (termasuk bimbingan dan konseling), *role-playing* merupakan teknik dimana individu (siswa) memerankan situasi yang imajinatif (dengan kehidupan nyata) dengan tujuannya untuk membantu tercapainya pemahaman diri sendiri, meningkatkan keterampilan-keterampilan (termasuk keterampilan berkomunikasi dan pemecahan masalah), menganalisis perilaku, atau menunjukkan pada orang lain bagaimana perilaku seseorang atau bagaimana seseorang harus berperilaku (Suarni, 2022).

Sedangkan Santrock (1995) menyatakan definisi *role-playing* adalah: "Bermain peran (*role-playing*) ialah suatu kegiatan yang menyenangkan. Secara lebih lanjut bermain peran merupakan suatu kegiatan yang dilakukan seseorang untuk memperoleh kesenangan, *Role playing* merupakan suatu metode bimbingan dan konseling kelompok yang dilakukan secara sadar dan diskusi tentang peran dalam kelompok. Santrock juga menyatakan bermain peran memungkinkan peserta didik mampu mengatasi frustrasi dan merupakan suatu medium bagi ahli terapi untuk menganalisis konflik-konflik dan cara mereka mengatasinya".

Penggunaan *role-playing* dalam kegiatan pembelajaran banyak memberikan banyak manfaat pada siswa. Tujuan dari teknik *role-playing* adalah: (1) menyenangkan dan dapat menimbulkan motivasi bagi pembelajaran, (2) semakin banyak kesempatan pembelajaran untuk mengungkapkan diri, (3) memberikan kesempatan yang lebih luas untuk berbicara, dan (4) dapat memberikan kesenangan kepada siswa karena *role-playing* pada dasarnya permainan, dengan bermain siswa menjadi senang karena bermain adalah dunia siswa selain itu dengan teknik ini siswa dapat mengembangkan potensi dalam diri siswa dapat mengekspresikan dan mengkomunikasikan apa yang ada dalam dirinya dengan demikian siswa dapat leluasa mengembangkan pikiran, ide, maupun gagasan yang ada dalam pikirannya (Silalahi, 2020).

Perilaku konsumtif, yang ditandai dengan kecenderungan untuk membeli barang atau jasa secara berlebihan tanpa mempertimbangkan kebutuhan sebenarnya (Lutfiah dkk., 2022). Fenomena yang telah menjadi semakin mengkhawatirkan di kalangan remaja. Remaja, sebagai kelompok usia yang sedang dalam fase pencarian identitas, rentan terhadap pengaruh lingkungan sosial, media, dan tren konsumsi (Michael & Rahman, 2022). Perilaku ini tidak

hanya berdampak pada pengelolaan keuangan pribadi, tetapi juga dapat memengaruhi perkembangan psikologis dan sosial remaja. Melalui pengamatan langsung dan interaksi informal dengan beberapa siswa, terlihat bahwa banyak dari mereka cenderung mengalokasikan uang saku mereka untuk membeli barang-barang yang sebenarnya tidak mereka butuhkan, seperti aksesoris, pakaian bermerek, dan gadget terbaru. Selain itu, kebiasaan mereka menghabiskan waktu di kafe atau pusat perbelanjaan, dibandingkan dengan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan akademik, juga menunjukkan kecenderungan gaya hidup konsumtif.

Hasil wawancara informal dengan beberapa siswa dan guru mengungkapkan bahwa perilaku ini sebagian besar dipengaruhi oleh tekanan sosial dari teman sebaya dan pengaruh kuat media sosial. Siswa merasa perlu mengikuti tren yang sedang populer agar dapat diterima dalam kelompok sosial mereka. Media sosial, dengan berbagai konten yang menonjolkan gaya hidup mewah dan konsumtif, menjadi salah satu faktor eksternal yang memperkuat kecenderungan ini. Sementara itu, kurangnya pemahaman siswa tentang manajemen keuangan pribadi turut menjadi penyebab utama perilaku konsumtif ini. Observasi juga menunjukkan bahwa perilaku konsumtif ini memiliki dampak negatif yang cukup serius terhadap aspek lain dari kehidupan siswa. Banyak siswa yang mengaku kesulitan untuk fokus pada tugas-tugas akademik mereka karena terlalu banyak menghabiskan waktu dan energi untuk memikirkan tren terbaru atau mencari cara untuk mendapatkan barang yang diinginkan. Hal ini tidak hanya mengurangi motivasi belajar, tetapi juga menciptakan tekanan emosional yang cukup berat, terutama bagi siswa yang merasa tidak mampu memenuhi standar gaya hidup yang diinginkan. Untuk mengatasi berbagai kesulitan atau hambatan belajar, siswa sering kali membutuhkan bimbingan dari orang lain. Bimbingan yang dilakukan di sekolah yaitu oleh guru bimbingan konseling (Nurbaini, dkk., 2020). Dalam mengatasi masalah perilaku konsumtif siswa ini, diperlukan intervensi yang terarah dan strategis. Salah satu pendekatan yang dianggap efektif adalah melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *role playing*. Maka dari itu tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok teknik *role playing* terhadap pengendalian perilaku konsumtif remaja SMA Negeri 1 Deli Tua.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *Nonequivalent Control Group Design*. Desain ini dipilih karena penelitian dilakukan di lingkungan sekolah dimana randomisasi sulit dilakukan. Desain

ini melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan (layanan konseling kelompok teknik *role playing*) dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Menurut Arikunto (2020) desain penelitian adalah rencana atau rancangan yang dibuat oleh peneliti, sebagai pikiran kegiatan yang akan dilaksanakan. Peneliti memilih jenis penelitian *quasi experiment design* karena peneliti akan mengkaji pengaruh teknik *role playing* terhadap peningkatan perilaku asertif siswa. Sugiyono (2019) mengemukakan bahwa, “penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali”.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Kelas X SMA Negeri 1 Deli Tua sedangkan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yaitu, siswa yang memiliki kecenderungan atau teridentifikasi perilaku konsumtif berdasarkan hasil *skrining* awal.

Variabel dan indikator adalah objek dari peneliti yang akan menjadi titik penelitian dan terdapat 2 variabel dalam penelitian ini yaitu: 1) Variabel bebas/independen (X), 2) Variabel terikat/dependen (Y). Instrumen dalam penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah. Disini peneliti menggunakan metode kuesioner atau angket.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini dianalisis menggunakan deskripsi kuantitatif dengan tujuan untuk mengetahui gambaran perilaku konsumtif peserta didik sebelum dan sesudah diberi layanan konseling kelompok serta menggunakan uji-t untuk mengetahui perbedaan perilaku konsumtif antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan.

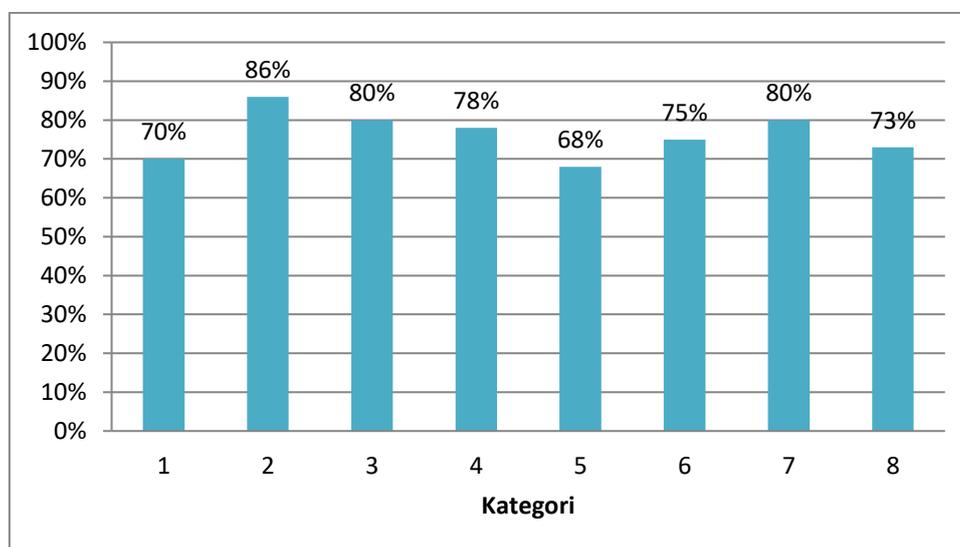
### Penyajian Data

#### **Tingkat Perilaku Konsumtif Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Deli Tua Sebelum Layanan Konseling Kelompok Teknik *Role Playing*.**

Sesuai dengan penelitian mengenai gambaran tingkat perilaku konsumtif siswa kelas X SMA Negeri 1 Deli Tua sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik *role playing*, hasil *pretest* skala perilaku konsumtif yang telah dilakukan ditemukan bahwa ke sepuluh siswa yang dipilih untuk diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik *role playing* berada pada kategori sangat tinggi dengan presentase antara 72%-85% dalam kategorisasi perilaku konsumtif. Apabila dilihat dari hasil rata-rata skor *pretest*

skala perilaku konsumtif siswa kelas X SMA Negeri 1 Deli Tua sebesar 77,4 tergolong dalam rentang skor kategori sangat tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan hasil *pretest* skala perilaku konsumtif peserta didik di SMA Negeri 1 Deli Tua mayoritas berada pada kategori sangat tinggi.

Berdasarkan indikator pertama memiliki kategori tinggi dengan presentase 70%, yaitu berisi butir-butir pernyataan membeli produk karena iming-iming hadiah. Indikator kedua memiliki kategori sangat tinggi dengan presentase 86%, yaitu membeli produk karena kemasan menarik. Indikator ketiga memiliki kategori tinggi dengan presentase 78%, yaitu berisikan butir-butir pernyataan mengenai perilaku membeli produk hanya demi menjaga penampilan diri dan gengsi.



Gambar 1.

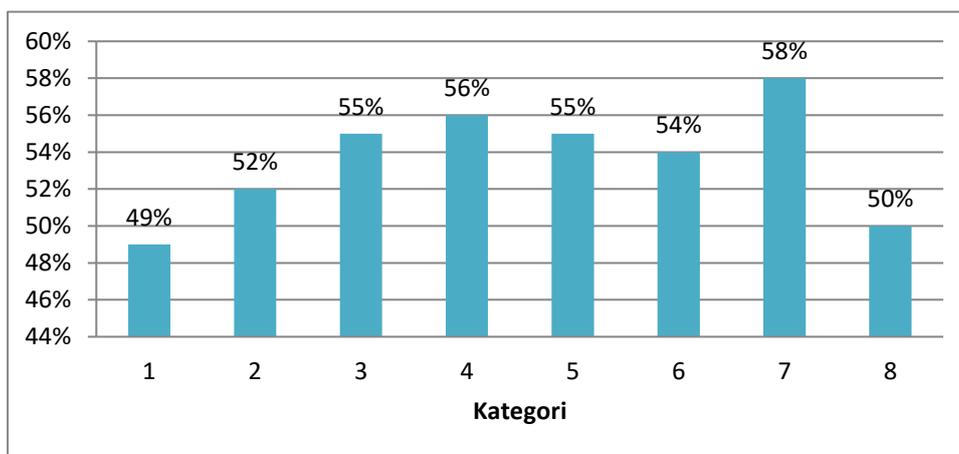
**Diagram Perilaku Konsumtif Subjek Penelitian Sebelum Layanan Konseling Kelompok Teknik *Role Playing* Berdasarkan Indikator Tingkat Perilaku Konsumtif Siswa SMA Negeri 1 Deli Tua Setelah Layanan Konseling Kelompok Teknik *Role Playing***

Setelah dilaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik *role playing* selama lima pertemuan kemudian dilaksanakan *posttest* untuk mengetahui tingkat perilaku konsumtif siswa kelas X SMA Negeri 1 Deli Tua yang menjadi subjek dalam penelitian ini,

Berdasarkan hasil *posttest*, skala perilaku konsumtif siswa subjek penelitian keseluruhannya berada di kategori rendah dengan presentase 44% – 57%. Apabila dilihat dari hasil rata-rata skor *posttest* skala perilaku konsumtif siswa subjek penelitian SMA Negeri 1 Deli Tua sebesar 53,3% tergolong dalam kategori rendah. Sehingga dapat disimpulkan hasil *posttest* skala perilaku

konsumtif siswa subjek penelitian SMA Negeri 1 Deli Tua mayoritas berada pada kategori rendah.

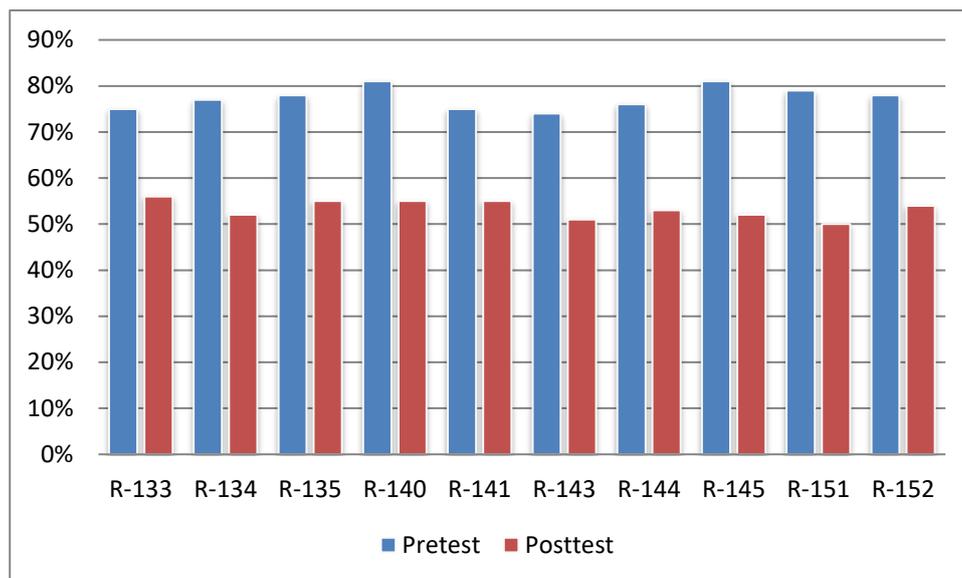
Sebelumnya perhitungan hasil *pretest* per-indikator, menyatakan perilaku konsumtif siswa subjek penelitian berada pada kategori tinggi. Sementara hasil *posttest* per-indikator dapat diketahui bahwa setelah dilaksanakan layanan konseling kelompok teknik *role playing*, indikator perilaku konsumtif siswa subjek penelitian mengalami penurunan. Indikator pertama yaitu membeli produk karena iming-iming hadiah berada pada kategori tinggi sedangkan pada indikator kedua mengalami penurunan sebanyak 21%, yakni dari 70% menjadi 49%.



**Gambar 2.**

**Diagram Perilaku Konsumtif Subjek Penelitian Setelah Layanan Konseling Kelompok Teknik *Role Playing* Berdasarkan Indikator Perbedaan Tingkat Perilaku Konsumtif Siswa Subjek Penelitian SMA Negeri 1 Deli Tua Sebelum dan Setelah Layanan Konseling Kelompok Teknik *Role Playing***

Dapat diketahui perbedaan perilaku konsumtif siswa subjek penelitian sebelum dan sesudah dilaksanakan layanan konseling kelompok teknik *role playing*. Sebelum dilaksanakan layanan konseling kelompok teknik *role playing* perilaku konsumtif siswa subjek penelitian berada pada kategori yang sangat tinggi. Secara keseluruhan skor hasil *pretest* sebelum mendapat layanan konseling kelompok teknik *role playing* adalah sebesar 77,4% pada kategori sangat tinggi. Sedangkan keseluruhan skor hasil *posttest* sesudah mendapat layanan konseling kelompok teknik *role playing* sebesar 53,3% pada kategori rendah. Adapun hasil perilaku konsumtif peserta didik sebelum dan sesudah mendapat layanan konseling kelompok teknik *role playing* mengalami penurunan 24,1%, sehingga dapat digambarkan pada diagram di bawah ini:



Gambar 3.

**Grafik Perbandingan Data Perilaku Konsumtif Sebelum dan Sesudah diberikan Layanan Konseling Kelompok Teknik *Role Playing***

Berdasarkan diagram tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku konsumtif siswa subjek penelitian menurun setelah pemberian perlakuan layanan konseling kelompok teknik *role playing*, yaitu dari tingkat rata-rata sebesar 77,4% menurun menjadi 53,3%.

Tabel 1.

**Perbedaan Perilaku Konsumtif Siswa Subjek Penelitian di SMA Negeri 1 Deli Tua Sebelum dan Sesudah Layanan Konseling Kelompok Teknik *Role Playing* Pada Tiap Indikator**

No	Indikator	Pre-test		Post-test		Penurunan
		Skor (%)	Kategori	Skor (%)	Kategori	
1	Membeli produk karena iming-iming hadiah.	70%	T	49%	R	21%
2	Membeli produk karena kemasan menarik.	86%	ST	52%	R	34%
3	Membeli produk demi menjaga penampilan diri dan gengsi	80%	T	55%	R	25%
4	Membeli produk atas pertimbangan harga (bukan atas	78%	T	56%	R	22%

	dasar manfaat atau kegunaannya)					
5	Membeli produk hanya untuk menjaga simbol status	68%	T	55%	R	13%
6	Membeli produk karena unsur konformitas terhadap model yang mengiklankan	75%	T	54%	R	21%
7	Membeli produk dengan harga mahal untuk meningkatkan rasa percaya diri	80%	T	58%	T	22%
8	Mencoba lebih dari dua produk sejenis dengan merk berbeda.	73%	T	50%	R	23%
<b>Rata-rata</b>		<b>76,2<sup>0</sup>%</b>	<b>Tinggi</b>	<b>53,6<sup>0</sup>%</b>	<b>Rendah</b>	<b>22,6<sup>0</sup>%</b>

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa secara keseluruhan perilaku konsumtif siswa subjek penelitian SMA Negeri 1 Deli Tua pada tiap indikator mengalami penurunan. Perilaku konsumtif siswa subjek penelitian sebelum mendapat perlakuan berupa layanan konseling kelompok teknik *role playing (pretest)* menunjukkan presentase sebesar 76,2 % dan masuk dalam kategori tinggi. Setelah mendapat layanan konseling kelompok teknik *role playing (posttest)* perilaku konsumtif siswa subjek penelitian SMA Negeri 1 Deli Tua menunjukkan penurunan dengan presentase 53,6% dan termasuk dalam kategori rendah. Presentase penurunan perilaku konsumtif siswa subjek penelitian SMA Negeri 1 Deli Tua sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok teknik *role playing* yaitu sebesar 22,6%.

### **Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *role playing* terhadap pengendalian perilaku konsumtif siswa kelas X di SMA Negeri 1 Deli Tua. Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* yang dianalisis secara kuantitatif, serta melalui pengamatan dan dokumentasi pelaksanaan kegiatan konseling kelompok selama lima sesi, diperoleh data yang mendalam mengenai efektivitas intervensi yang dilakukan. Pada subbab ini akan

dibahas hasil tersebut secara komprehensif, baik melalui pendekatan statistik, analisis indikator perilaku konsumtif, teori yang mendasari, refleksi siswa, catatan lapangan, serta perbandingan dengan temuan penelitian sebelumnya.

### **Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Role Playing terhadap Penurunan Perilaku Konsumtif**

Hasil *pretest* menunjukkan bahwa seluruh subjek penelitian berada pada kategori "sangat tinggi" dalam perilaku konsumtif, dengan rata-rata skor sebesar 77,4%. Setelah dilakukan intervensi dalam lima sesi layanan konseling kelompok dengan teknik role playing, skor rata-rata perilaku konsumtif siswa menurun menjadi 53,3%, yang berada pada kategori "rendah". Penurunan ini mencerminkan adanya perubahan sikap dan perilaku siswa yang signifikan dalam hal mengelola keinginan konsumtif mereka.

Dari hasil uji-t, diperoleh nilai *t* hitung sebesar 22,990, jauh lebih besar dari *t* tabel sebesar 2,262. Ini menunjukkan bahwa secara statistik, layanan konseling kelompok dengan teknik role playing memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan perilaku konsumtif siswa. Hasil ini memperkuat pernyataan Corey (2013) bahwa konseling kelompok yang menerapkan teknik eksperiensial seperti bermain peran efektif dalam membangun kesadaran, kontrol diri, dan pemahaman interpersonal.

Berdasarkan catatan lapangan selama pelaksanaan sesi, dapat diamati bahwa siswa menunjukkan perubahan perilaku secara bertahap. Pada sesi awal, siswa cenderung pasif, malu mengungkapkan pandangan tentang kebiasaan belanja mereka. Namun, seiring dengan pendekatan role playing yang memungkinkan mereka mengekspresikan diri dalam situasi yang disimulasikan, siswa mulai terbuka. Misalnya, dalam sesi ketiga, siswa memainkan skenario ajakan dari teman sebaya untuk membeli produk bermerek hanya demi status sosial. Siswa yang semula menyetujui tanpa berpikir, mulai menunjukkan sikap kritis dan mampu menolak dengan alasan yang logis dan asertif.

### **Perubahan pada Setiap Indikator Perilaku Konsumtif**

Penurunan perilaku konsumtif siswa terjadi secara menyeluruh pada delapan indikator yang dianalisis. Indikator "membeli produk karena kemasan menarik" mengalami penurunan tertinggi, sebesar 34%, dari 86% menjadi 52%. Hal ini menunjukkan bahwa aspek visual produk, yang sangat memengaruhi keputusan pembelian impulsif remaja (Silalahi, dkk., 2013), dapat dikendalikan melalui kesadaran kognitif dan pengalaman emosional dalam simulasi sosial.

Indikator lain seperti "membeli karena ingin dianggap keren" dan "membeli barang tanpa memperhatikan manfaat" masing-masing menurun sebesar 25% dan 22%. Penurunan ini mengindikasikan bahwa siswa mulai memahami nilai praktis dari suatu barang, bukan hanya nilai simbolik. Dalam diskusi reflektif

pada sesi keempat, beberapa siswa menyatakan, "Dulu saya membeli sepatu karena semua teman pakai, sekarang saya pikir-pikir lagi apa saya benar-benar butuh atau tidak."

Pada indikator "menghabiskan uang tanpa perencanaan" dan "mudah tergoda diskon", penurunan juga signifikan. Hal ini mengonfirmasi pendapat Solomon (2011), bahwa perilaku konsumtif erat kaitannya dengan kontrol impuls dan ketidakmampuan menunda kepuasan. Melalui sesi simulasi belanja dan *role playing*, siswa berlatih menunda dorongan sesaat untuk mendapatkan pemahaman jangka panjang.

### **Dinamika Konseling dan Proses Internal Siswa**

Secara proses, teknik *role playing* menciptakan ruang belajar yang bukan hanya kognitif, tetapi juga afektif. Ketika siswa memainkan peran sebagai "pengajak" dan "yang diajak", mereka tidak hanya memahami tekanan sosial, tetapi juga merasakan beban emosional dari ajakan dan responsnya. Menurut Gladding (2012), pembelajaran dalam konseling kelompok akan lebih bermakna ketika peserta mengalami sendiri realitas psikologis yang ingin diubah.

Catatan observasi menunjukkan bahwa dalam sesi keempat dan kelima, siswa mulai menunjukkan perubahan tidak hanya dalam ekspresi verbal, tetapi juga dalam sikap tubuh dan pilihan kata saat berinteraksi. Mereka lebih percaya diri, tidak lagi ragu mengatakan tidak pada ajakan yang tidak rasional. Beberapa siswa bahkan menunjukkan inisiatif menyusun strategi keuangan pribadi secara tertulis.

Perubahan ini mencerminkan proses internalisasi nilai dan penguatan identitas diri. Erikson (1968) menyatakan bahwa masa remaja adalah fase krisis identitas di mana pengaruh teman sebaya sangat kuat. Oleh karena itu, pembelajaran sosial melalui kelompok sangat efektif dalam memodifikasi sikap karena sesuai dengan tahapan perkembangan psikososial remaja.

### **Perbandingan dengan Penelitian Sebelumnya**

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Hidayat (2018) yang membuktikan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik simulasi mampu menurunkan perilaku konsumtif siswa. Penelitian oleh Sihombing, A., & Lumbanraja (2021) juga menunjukkan bahwa teknik bermain peran secara signifikan meningkatkan keterampilan pengambilan keputusan dan kontrol diri siswa dalam situasi sosial.

Selain itu, hasil ini juga relevan dengan studi Rangkuti (2017) yang menyatakan bahwa perilaku konsumtif remaja sangat dipengaruhi oleh gaya hidup modern, kebutuhan akan pengakuan sosial, dan media digital. Temuan ini memperkuat bahwa intervensi berbasis pengalaman langsung seperti *role playing* merupakan strategi efektif untuk menghadapi tantangan tersebut.

### **Refleksi Peneliti dan Implikasi Praktis**

Sebagai peneliti sekaligus pelaksana layanan, saya menemukan bahwa keterlibatan emosional siswa dalam kegiatan sangat menentukan keberhasilan intervensi. Ketika siswa merasa didengar, dihargai, dan tidak dihakimi, mereka lebih terbuka untuk mengevaluasi perilakunya sendiri. Proses diskusi reflektif yang dilakukan setelah role playing menjadi momen penting untuk transformasi diri.

Beberapa siswa menyampaikan bahwa mereka merasa lebih "ringan" setelah menyampaikan pengalaman belanjanya yang selama ini mereka sembunyikan. Ada juga yang menyatakan bahwa melalui kegiatan ini mereka belajar mengatakan "tidak" dengan cara yang tidak menyakiti perasaan teman. Artinya, teknik ini bukan hanya berdampak pada perilaku konsumtif, tetapi juga pada keterampilan sosial dan regulasi emosi.

Implikasi praktis dari penelitian ini adalah perlunya sekolah mengintegrasikan layanan konseling kelompok berbasis partisipatif seperti role playing dalam program bimbingan. Tidak hanya untuk isu konsumtif, tetapi juga untuk isu-isu lain seperti bullying, kecemasan sosial, atau tekanan akademik. Konseling kelompok yang aktif dan reflektif membangun budaya dialogis yang sehat di lingkungan sekolah.

### **Keterbatasan dan Rekomendasi Penelitian Lanjutan**

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal jumlah subjek yang terbatas pada satu kelas dan tidak dilengkapi dengan pengukuran jangka panjang. Oleh karena itu, disarankan agar penelitian lanjutan melibatkan lebih banyak subjek dengan latar belakang sosial ekonomi yang beragam, serta menggunakan metode pengukuran lanjutan (*follow-up*) untuk melihat keberlanjutan perubahan perilaku.

Selain itu, pendekatan campuran kuantitatif-kualitatif dapat digunakan untuk menggali lebih dalam aspek-aspek psikologis yang tidak tertangkap dalam angka, seperti motivasi internal, pengalaman masa lalu, dan pengaruh keluarga terhadap konsumsi. Dengan demikian, efektivitas layanan konseling kelompok dapat dievaluasi secara lebih holistik dan akurat.

### **KESIMPULAN**

Layanan konseling kelompok dengan teknik role playing efektif dalam menurunkan perilaku konsumtif siswa kelas X di SMA Negeri 1 Deli Tua. Hal ini dibuktikan melalui penurunan rata-rata skor perilaku konsumtif dari kategori "sangat tinggi" yaitu sebanyak 77,4% pada pretest menjadi "rendah" yaitu sebanyak 53,3% pada posttest. Penurunan perilaku konsumtif peserta didik

antara sebelum dan sesudah dilaksanakan diskusi kelompok yaitu sebanyak 24,1%. serta hasil uji-t yang menunjukkan signifikansi pengaruh intervensi.

Layanan konseling kelompok teknik *role playing* memiliki pengaruh dalam menurunkan perilaku konsumtif siswa. Hal ini terlihat dari hasil perhitungan dengan menggunakan SPSS 22 for windows diperoleh nilai  $t_{hitung} = 22,990$  dan  $t_{tabel}$  yaitu 2,262, menunjukkan bahwa  $t_{hitung} > t_{tabel}$  yaitu  $22,990 > 2,262$  sehingga hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang menyatakan "ada pengaruh layanan konseling kelompok teknik *role playing* terhadap perilaku konsumtif siswa subjek penelitian di SMA Negeri 1 Deli Tua" dinyatakan diterima.

Seluruh indikator perilaku konsumtif mengalami penurunan, dengan penurunan tertinggi terjadi pada indikator "membeli karena kemasan menarik". Ini menunjukkan adanya peningkatan kesadaran siswa dalam membedakan antara kebutuhan nyata dan keinginan emosional. Teknik *role playing* memungkinkan siswa mengalami simulasi sosial yang mendekati situasi nyata, sehingga mereka dapat belajar secara emosional dan sosial dalam menghadapi tekanan teman sebaya serta dorongan konsumtif dari lingkungan. Selama pelaksanaan lima sesi layanan, terjadi perkembangan sikap dan keterampilan sosial siswa secara bertahap, termasuk dalam hal keberanian menolak ajakan konsumtif, mengatur keuangan, dan meningkatkan kontrol diri. Pengalaman emosional yang diperoleh siswa dalam kegiatan bermain peran menjadi sarana efektif untuk membentuk kesadaran diri dan refleksi terhadap kebiasaan konsumtif mereka.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2020). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Erman, Prayitno, A. (1999). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Gladding, S. T. (2012). *Group Work: A Counseling Specialty (6th ed.)*. Boston: Pearson Education.
- Hidayati, N. (2018). Pengaruh layanan konseling kelompok teknik simulasi untuk menurunkan perilaku konsumtif siswa kelas X SMA Negeri 1 Surakarta. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 91-98.
- Lutfiah, L. ... Kuswanti, H. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Konsumtif Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Ppapk Fkip Universitas Tanjungpura Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 11(3), 1-10. <https://doi.org/10.26418/jppk.v11i3.53456>

- Michael, & Abdul Rahman. (2022). Kafe dan Gaya Hidup: Studi pada Pengunjung Kafe di Wilayah Barombong Kota Makassar. *Jurnal Multidisiplin Madani*, 2(10), 3796–3806. <https://doi.org/10.55927/mudima.v2i10.1548>
- Prayitno. (2017). *Konseling Profesional Yang Berhasil; Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Jakarta: Rajawali Press.
- Rangkuti, F. (2017). *Strategi Promosi yang Kreatif dan Analisis Kasus Integrated Marketing Communication*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Silalahi, B. A. (2020). *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Role-Playing Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas Viii B Mts Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan Tahun Ajaran 2019/2020*. UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG.
- Solomon, M. R. (2011). *Consumer Behavior: buying having, and being*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Suarni, Y. (2022). *Penerapan Teknik Role Playing Untuk Mengurangi Kecenderungan Perilaku Agresif Siswa Di SMP Negeri 1 Kelara*. Universitas Negeri Makasar.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhertina. (2015). *Penyusunan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Pekanbaru: CV. Mutiara Pesisir Sumatra.
- Sukardi, D. K., & Kusmawati. (2008). *Proses bimbingan dan konseling di sekolah: untuk memperoleh angka kredit*. Jakarta: Rineka Cipta.