

Gaya Hidup, Konsumerisme dan Modernitas

Oleh: Safuwani, M.Psi

Abstrak

Salah satu fenomena sosial adalah berkembangnya gaya hidup dan pola konsumsi yang berbau barat. Hal ini tak lepas menjadi bahan diskusi psikologi sosial terapan kontemporer. Ada dua analisis penting yang perlu dicermati dalam perilaku gaya hidup dan pola konsumsi modern. Pertama, ketika individu mengadopsi sistem baru didalam kehidupannya dan tidak menjadi kendala psikologis baginya. Kedua, ketika sistem nilai, budaya atau konsep berperilaku baru bertabrakan dengan keyakinan (agama) yang dianut individu. Hal inilah yang menjadi konfrontasi mental secara menyeluruh.

Kata kunci : perilaku, pola konsumsi, dan konfrontasi mental.

Pengantar

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, disadari atau tidak, telah mengubah gaya hidup dan pola konsumsi masyarakat secara cepat dan instan. Realitas sosial menunjukkan bahwa hampir disetiap pelosok wilayah perkotaan dan pedesaan, seperti juga di Aceh telah mengadopsi gaya hidup dan pola konsumsi yang disuguhkan modernisasi, seperti model berbusana, pola konsumsi makanan dan minuman, interaksi sosial, metode komunikasi interpersonal, dan pemanfaatan teknologi oleh masyarakat.

Wabah modernisasi dan globalisasi ini sangat cepat menyatu dalam kehidupan masyarakat berkembang dan transisi. Salah satu penyebabnya dipicu oleh perkembangan teknologi media informatika, baik media elektronik maupun media cetak (massa). Selain itu, kondisi psikologis individu masuk dalam kategori tidak berdaya (*helpless*) dalam memfilter sejumlah produk baru dan perubahan kebudayaan. Pada akhirnya kepekaan individu terhadap konsep baru menjadi kian tak kritis. Contoh, pemilihan *fashion* (busana) ala Barat saat ini sangat disukai generasi muda masa kini. Bagi mereka yang penting adalah gaya atau merk produk baru. Kondisi serupa, juga terjadi pada pola berinteraksi, berkomunikasi dan bertransaksi sosial lainnya, yang semakin meninggalkan sistem anutan tradisional dan bergeser pada konsep modernisasi. Ironisnya perilaku-perilaku seperti itu tidak hanya disukai oleh kaum muda, tapi juga mewabah pada kalangan dewasa atau orang tua.

Menyingkapi kondisi tersebut, paling tidak ada dua gejala yang dapat dibaca secara psikologis, *Pertama*, jika individu tidak mengikuti perkembangan zaman, maka pemahaman internal individu akan pola konsumsi itu terkesan *norak*, 'tidak gaul', dan primitif. *Kedua*, jika mengadopsi suguhan modernisasi, mau tak mau individu akan berhadapan dengan sistem nilai yang berlaku di kehidupan sosial.

Analogi hal ini adalah apa yang terjadi saat ini terkait dengan perilaku yang diperankan individu dan merupakan posisi tarik ulur, yang mau tidak mau harus dilakoni dalam kehidupannya, meskipun berhadapan dengan tatanan nilai sosial yang dianut masyarakatnya.

Pernyataan sekarang, mampukah individu melakukan penyesuaian diri dengan baik di lingkungan sosialnya seiring modernisasi? Apakah individu harus mengorbankan sistem nilai yang dianutnya dengan mengadopsi konsep perilaku baru yang dibombardir kebudayaan modern, Tulisan ini berusaha menganalisis dualisme peran yang dimainkan individu dalam kehidupannya dari sudut tinjauan psikologis.

Perilaku manusia

Psikologi merupakan suatu ilmu perilaku atau aktivitas individu. Perilaku manusia dalam arti luas dapat dipahami pada dua analisis utama: perilaku yang tampak (*overt behavior*) dan perilaku yang tidak tampak (*innert behavior*). Demikian pula halnya dengan aktivitas atau kegiatan yang dilakukan manusia, harus ditelaah secara komprehensif, baik dalam bentuk motorik, emosional, ataupun kognitif. Karenanya yang dilakukan manusia dalam realitas sosial merupakan perwujudan dari perilaku yang tampak dan tidak tampak dan digerakkan oleh sistem motorik, emosional, dan kognitifnya.

Di sisi lain, sistem operasional perilaku individu sangat berkaitan dengan konsep stimulus- respons (rangsangan-balas). Perilaku ini dapat saja tampil karena adanya interaksi stimulus dengan individu. Kondisi ini oleh Bandura (Walgito, 2003) dirumuskan sebagai suatu keadaan yang *integrated* antara *behavior–environment–person*, sehingga menimbulkan stimulus-respons. Konsep ini dapat dimaknai bahwa perilaku individu bisa memengaruhi individu itu sendiri, disamping perilaku juga berpengaruh pada lingkungan, dan lingkungan memberi kontribusi bagi individu untuk berperilaku atau sebaliknya.

Sebagai contoh bila orang berbicara mengenai pemimpin maka dalam pikirannya adalah tentang panutan. Karena itu menyangkut hubungan antara perilaku dan lingkungannya maka sikap pemimpin akan menjadi model bagi yang dipimpinnya. Jika pemimpin memiliki sikap sinis, egoistis, tidak adil, dan bermental preman, maka kondisi lingkungan yang dipimpinnya juga mengadopsi perilaku tersebut.

Skinner (Walgito: 2005) menyimpulkan hasil studinya bahwa manusia itu berperilaku karena digerakkan oleh situasi dan kondisi lingkungan sekitar. Berdasarkan hal ini, maka perilaku manusia dibedakan dalam dua jenis; (1) perilaku alami (*innate behavior*), dan (2) perilaku operan (*operant behavior*). Perilaku alami adalah perilaku yang dibawa seseorang sejak lahir, yakni berupa refleks dan insting yang terjadi secara tiba-tiba atau spontan, sedangkan perilaku operan ialah perilaku manusia yang dibentuk melalui proses belajar yang dikendalikan oleh kesadaran (otak).

Berpijak pada pemikiran Skinner, maka dalam realitas terlihat tampilan perilaku manusia lebih dominan kepada perilaku yang dipelajari, dibentuk, atau diperoleh melalui proses belajar (operan). Apa yang dikatakan Skinner. Merujuk pada konsep Islam mengenai keberadaan manusia dan perilakunya. Menurut Islam manusia itu dilahirkan dalam keadaan suci dan putih bersih. Bagaikan kertas putih yang belum tertulis. Namun bagaimana corak pemikiran atau perilakunya –mau menjadi Yahudi, Nasrani atau Majusi setelah remaja dan dewasa adalah sangat ditentukan oleh pembinaan atau pola asuh keluarganya dimasa kecil.

Dalam banyak literatur psikologi digambarkan perilaku manusia dapat dibentuk melalui tiga cara, yaitu (1) kebiasaan (*conditioning*), (2) pengertian (*insight*), dan (3) model (*modelling*) (Walgito, 2003). Pembiasaan atau kebiasaan merupakan suatu cara pembentukan perilaku individu yang diharapkan. Metode ini didasarkan pada teori belajar yang dikemukakan oleh Ivan Pappov (teori pengondisian klasik), Thorndike, dan Skinner (teori pengondisian operan).

Cara kedua pembentukan perilaku individu adalah dengan pengertian (*insight*), perilaku individu dapat dibentuk melalui pengertian dari sejumlah *ikon*, lambang, tulisan, kata-kata, seruan dan sebagainya yang pada gilirannya akan dipahami oleh individu sebagai suatu konsep dalam berperilaku. Cara pembentukan perilaku ini berorientasi pada teori belajar kognitif yang dikemukakan oleh Kohler, seorang tokoh psikologi Gestalt.

Selanjutnya, perilaku manusia juga dapat dibentuk melalui pemberian contoh (model) yang dilakukan seseorang. Cara ini didasari pada teori belajar sosial atau teori observasional dari Bandura. Menurut analisis kedua teori tersebut, tampilan perilaku orang dewasa atau contoh yang diperankan orang dewasa, orang tua, atau pemimpin dalam suatu lingkungan masing-masing akan memberi model (ikutan) bagi pembentukan perilaku anak atau orang lain untuk mengikuti apa yang diamatinya.

Karenanya, bagaimana perilaku diperlihatkan orang tua di rumah akan ditiru oleh anak-anaknya. Demikian pula halnya dengan perilaku pemimpin di lingkungan kerjanya misalnya, ketika pemimpin berbicara dengan gaya bicara yang masih sangat primitif, tidak beraturan, tidak ilmiah, atau bergaya preman maka akan ditiru dan diikuti oleh bawahannya. Orang tua akan dijadikan idola bagi anak-anaknya, sedangkan pemimpin akan menjadi anutan bagi orang yang dipimpinnya.

Kebutuhan Manusia

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi telah mengakibatkan sejumlah perubahan pada berbagai aspek kehidupan sosial. Kondisi ini tentu saja mendorong setiap individu untuk merealisasikan sejumlah impian, keinginan, atau obsesi-obsesi yang dicita-citakannya sesuai dengan tuntutan zaman. Fenomena ini dapat dimaknai sebagai upaya pemenuhan kebutuhan hidup individu dalam rangka mempertahankan hidupnya (*survival*)

Berawal dari keadaan demikian maka setiap manusia berusaha untuk mewujudkan apa yang menjadi kebutuhan hidupnya. Ada kebutuhan berarti ada kekurangan, maka dengan dorongan-dorongan yang ada, manusia berusaha memenuhi kekurangan kebutuhan tersebut. Kebutuhan manusia dapat diartikan sebagai suatu yang diinginkan atau diperlukan dalam kehidupannya. Dalam wacana ilmiah kebutuhan manusia dapat diklasifikasikan pada empat kelompok besar ; (1) kebutuhan biologis, (2) kebutuhan psikologis, (3) kebutuhan sosiologis, dan (4) kebutuhan spiritual.

Kebutuhan biologis menunjuk pada kebutuhan alamiah terkait upaya pertumbuhan dan perkembangan fisiologis individu, seperti pemenuhan akan makan, minum, menghirup oksigen, istirahat, tidur dan sebagainya. Kebutuhan psikologis adalah kebutuhan untuk memenuhi sejumlah dorongan yang sesuai keinginan, selera dan impian individu sehingga memuaskan kondisi psikis/mentalnya. Kebutuhan sosiologis adalah kebutuhan individu sebagai makhluk sosial seperti keinginan berteman, bersahabat, saling butuh membutuhkan, tolong-menolong, pengaruh mempengaruhi, saling berkomunikasi dan sebagainya.

Adapun kebutuhan spiritual merupakan kebutuhan beragama yang dimiliki oleh setiap manusia. Pencapaian hasil dan tujuan yang diperoleh manusia akan segala pemenuhan dan kebutuhan hidupnya dipahami dan disadari manusia bukan semata-mata oleh kerja keras siang malam, akan tetapi rahmat dan kasih sayang dari Penciptanya. Bertitik tolak pemenuhan kebutuhan ini, maka kondisi manusia akan selalu bermakna jika dapat dirasakannya dalam kehidupannya.

Di pihak lain, Maslow (Sundari, 2005), membagi kebutuhan hidup manusia dalam dua bentuk utama, *pertama* kebutuhan yang timbul karena adanya kekurangan (*deficiency need*) dan *kedua* kebutuhan untuk tumbuh (*growth need*). Kebutuhan karena kekurangan merupakan pemenuhan kebutuhan yang terkait dengan interaksi manusia dengan lingkungan sekitar atau orang lain, misalnya karena bantuan orang lain, kedekatan dengan pimpinan dan sebagainya.

Untuk mencapai kebutuhan ini orang selalu berusaha untuk melakukan interaksi dengan lingkungan atau orang lain. Lebih jauh kebutuhan ini meliputi beberapa tingkatan kebutuhan, yaitu (1) kebutuhan jasmani, seperti; makan, minum, tidur, seks dll, (2) kebutuhan akan keamanan, terhindar dari bahaya, nyaman atau damai dll, (3) kebutuhan untuk memiliki, cinta kasih, persahabatan, kelompok, keluarga, dll, (4) kebutuhan harga diri, ingin dihormati, dipercaya, dihargai, dll.

Adapun kebutuhan untuk tumbuh adalah pemenuhan kebutuhan yang berhubungan dengan kondisi diri individu itu sendiri. Misalnya usaha atau ikhtiar, bekerja, belajar dan sebagainya untuk mencapai sesuatu. Bila kebutuhan karena kekurangan telah terpenuhi, maka selanjutnya akan meningkat pada kebutuhan untuk tumbuh dan berkembang.

Hal ini dapat dipenuhi individu apabila ia berusaha sekuat tenaga, tekun dan rajin. Kebutuhan ini meliputi (1) kebutuhan aktualisasi, seperti mengembangkan potensi, minat atau bakat yang dimilikinya, dll, (2) kebutuhan untuk mengerti atau tahu, menuntut ilmu ingin belajar sejumlah disiplin atau memahami berbagai kebutuhan, dll, (3) kebutuhan terhadap estetika, memiliki nilai seni, keindahan, keteraturan, kelengkapan, dll.

Dengan demikian apa yang menjadi gambaran perilaku manusia atau masyarakat kita sekarang dalam realitas tidak lebuhi dari metode pemenuhan sejumlah kebutuhan hidup bagi dirinya. Aspek kebutuhan mana yang lebih dipentingkan dalam kehidupannya sangat tergantung pada individu anggota masyarakat masing-masing. Namun yang jelas pengadopsian perilaku gaya hidup dan pola konsumsi ala kebarat-baratan telah menjadi tren baru seperti yang terlihat didalam masyarakat di “ negeri Syari’at islam Aceh “ ini.

Gaya Hidup dan Pola Konsumsi

Pada tahun 1930-an, ekonom terbuka, Robert Malthus mengemukakan suatu teori mengenai pertumbuhan penduduk akan menyebabkan masalah besar bagi umat manusia. Menurut Malthus, pertumbuhan pangan yang dikonsumsi manusia tidak memiliki kecepatan yang sama dengan pertumbuhan penduduk. Pertumbuhan penduduk mengikuti deret ukur, sedangkan pertumbuhan pangan mengikuti deret hitung (Ancok, 1995). Dalam teorinya Malthus tidak melihat keberadaan daya pikir manusia untuk memproduksi makanan. Ternyata teori Malthus tidak begitu tepat, karena data saat ini menunjukkan bahwa pertumbuhan pangan jauh lebih cepat daripada pertumbuhan penduduk.

Gaya hidup merupakan suatu produk yang dihasilkan akibat kemajuan dalam berbagai bidang melalui daya cipta, rasa dan karsa manusia. gaya hidup adalah tampilan perilaku individu dalam kehidupannya, sedangkan pola konsumsi adalah kebiasaan perilaku individu dalam mengonsumsi sejumlah kebutuhan hidupnya baik primer maupun sekunder. Dalam operasionalnya, gaya hidup dan pola konsumsi manusia akan mengikuti kebudayaan, tuntutan zaman, pengaruh lingkungan sekitar, efek media, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi.

Di era modern, gaya hidup dan pola konsumsi telah menjadi suatu tren bagi setiap kelompok manusia: remaja, dewasa dan orang tua. Kondisi ini berkembang sejalan dengan ilmu pengetahuan dan teknologi, pergeseran peradaban dan perubahan sosial. Di kota-kota besar seperti Jakarta. Dan Mesan. Setiap orang disibukkan oleh pekerjaan dan uang. Kondisi ini tidak lagi membuat orang repot-repot dalam hal mengasuh dan menyekolahkan anak atau berbelanja untuk kebutuhan dapur keluarga. Semuanya telah diambil alih oleh *baby sitter* dan pembantu. Dari segi perilaku gaya berpakaian atau berbusana dapat dianalisis bahwa orang modern ketika membeli pakaian, selain melihat merk juga menyikapi trend terkini.

Akhirnya realitas sosial yang demam dengan gaya pakaian para model, artis atau orang-orang yang sibuk didunia *entertainment*. Paduan jeans, oblong ketat, dan kerudung merupakan gaya yang cukup digandrungi oleh setiap remaja putri, dewasa muda dan dewasa. Bagi remaja putra dewasa, selain mengikuti tren juga menghiasai diri dengan tato, kalung dan sejumlah aksesoris lainnya.

Kondisi yang sama juga bisa dilihat dari gambaran perilaku masyarakat kita dalam mengonsumsi makanan, minuman atau keperluan kebutuhan hidup sehari-hari. Tersedianya berbagai merek produksi pangan dan minuman seperti biskuit, snack, coklat, buah-buahan dan minuman yang bermerek yang dikemas secara apik di sejumlah mini market. Pasar swalayan, atau pusat perbelanjaan menyedot masyarakat untuk mengonsumsinya sebagai suatu kebutuhan sehari-hari.

Lebih jauh kita juga dapat menganalisis individu-individu saat ini, dimana mereka lebih senang makan atau minum di luar rumah daripada di rumah akibat tersedianya berbagai *cafeteria*, warung pojok, atau restoran cepat saji di pinggir jalan atau di mall megah telah memengaruhi pola makan. Orang lebih senang mengajak keluarga, pacar, sahabat atau teman untuk bertandang ke KFC, McDonald, A&W daripada makan dan minum bersama di rumah.

Apa yang dilakukan manusia adalah tidak terlepas dari kombinasi pelibatan sejumlah dimensi psikologis, seperti kognisi (pikiran) dan afeksi (perasaan) sehingga memunculkan konasi (perilaku) tertentu dalam kehidupannya. Sebelum individu bertindak, ia selalu menggunakan pikirannya agar perbuatan yang dilakukan berhasil dengan baik. Penggunaan daya pikir ini bertujuan untuk menciptakan sesuatu yang dianggap baru dan berguna. Dengan penggunaan daya pikir secara optimal, maka secara beruntun orang akan berkembang daya rasa dan karsa manusia.

Mengugat Gaya Hidup dan Pola Konsumsi

Diakui atau tidak, kondisi modernisasi mengakibatkan sejumlah perubahan sosial dan merongrong sistem nilai tradisional masyarakat. Tidak semua orang mampu menyesuaikan diri dengan modernisasi dan perubahan sosial yang pada gilirannya menimbulkan ketegangan (*stressing*) pada diri individu. Banyak orang terpukau dengan modernisasi, gaya hidup dan pola konsumsi. Mereka menyangka modernitas akan membawa kebahagiaan dan kesejahteraan. Orang tidak menyadari bahwa dibalik modernisasi yang serba gelap memukau itu ada gejala mental yang dinamakan dengan *the agony of modernization*, yaitu azab- sengsara karena modernisasi (Hawari, 1997).

Modernisasi dan industrialisasi adalah suatu proses yang tidak dapat dielakkan, dimana teknologi dan pengetahuan merupakan urat nadinya. Namun perlu diketahui bahwa modernisasi dan sejumlah aksesorisnya seperti gaya hidup, pola konsumsi, cara bergaul dan sebagainya bukan tidak berdampak bagi kehidupan manusia dibidang psikologi dan kesehatan mental.

Apa yang ditawarkan dunia moderen adalah sesuatu yang riil dan tidak seorangpun yang dapat menghambatnya, apalagi menghalanginya. Mau tidak mau, suka tidak suka, senang tidak senang, orang yang hidup di alam moderen akan menghadapi dan mencicipi segala suguhan modern.

Masalah utama dalam suatu masyarakat modern adalah munculnya gejala disintegrasi dari masyarakat tradisional karena unsur-unsurnya mengalami perubahan dengan kecepatan yang berbeda. Banyak orang sibuk dengan pekerjaan dan mengejar popularitas sehingga mengabaikan keluarga.

Banyak orang terperangkap dalam perilaku korupsi, tidak adil atau pilih kasih karena kemilau pekerjaannya. Banyak orang yang mengalami stress akibat tidak mampu memenuhi kebutuhan hidup yang mendesak. Banyak orang terserang stroke dan serangan jantung akibat perilaku keserakahannya dan sebagainya.

Dalam masyarakat modern rongrongan terhadap agama, moral, budi pekerti, warisan budaya lama dan tradisional telah menimbulkan ketidak pastian dibidang hukum, norma dan etika kehidupan yang pada gilirannya mengakibatkan Kehilangan citra diri dan identitas diri. Terkait dengan hal ini, maka gejala *the agoni of modernization* dapat membentuk suatu akumulasi dalam diri individu dan berkembang menjadi suatu ketegangan pikososial, yang pada akhirnya akan menampilkan wujud dalam bentuk, seperti peningkatan aksi kriminalitas dan tindak kekerasan seperti perampokan, judi, pengkonsumsian narkoba, prostitusi, diskriminasi, pengusuran dan sebagainya.

Orientasi utama timbulnya gejala ini disebabkan oleh semakin modernnya suatu masyarakat, maka akan semakin bertambah intensitas dan eksistensitas disorganisasi dan disintegrasi soaial pada realitas. Karenanya apa yang terjadi pada realitas saat ini, dilakoni oleh individu atau kolektif masyarakat berlandaskan pada konsep peradaban modern, boleh jadi secara psikologis akan menimbulkan konfrontasi mental yang merupakan gugatan psikis individu dan masyarakat terhadap modernisasi beserta aksesoris dikandungnya. Sedangkan kebenaran-kebenaran abadi sebagaimana terkandung dalam ajaran agama, disisihkan atau dipinggirkan atau dianggap kuno dan ketinggalan zaman, sehingga orang hanya berpegang pada pemenuhan kebutuhan materi dan tujuan singkat berkala.

Penutup

Secara umum perilaku manusia dapat dianalisis lebih luas, baik yang tampak (*overt behavior*) maupun yang tidak tampak (*inert behavior*). Dalam operasionalnya, kedua konsep ini selalu digerakkan oleh aspek kognitif, afektif dan konatif pada diri manusia. Sehubungan dengan konteks ini, maka perilaku manusia dapat dibentuk melalui tiga cara: pembinaan (*conditioning*), pengertian (*insight*) dan pemberian contoh (*modelling*). Melalui ketiga cara inilah manusia akan selalu mengimpikan dan menginginkan sejumlah pemenuhan kebutuhan hidupnya, seperti kebutuhan biologis, psikologis, sosiologis dan spiritualnya.

Bagi manusia, pencapaian tujuan kebutuhan hidup utama untuk bahagia dan sejahtera adalah suatu harga mati. Akan tetapi dalam realitas, banyak manusia merasakan tidak pernah dapat mencapai tujuan tersebut, dan sering meleset dari harapan. Hal ini terjadi karena manusia tidak mampu melakukan penyesuaian diri yang baik dengan lingkungan sekitar (*modernisasi*) dan segala aksesorisnya, seperti gaya hidup, pola konsumsi, sistem pergaulan, interaksi dan komunikasi sosial. Akibatnya, apa yang dirasakan kebanyakan manusia adalah konfrontasi mental yang tidak berujung dan pada gilirannya mengalami stress psikososial. Karena itu masing-masing individu perlu mengkritik dan menelaah kembali sejumlah gejala perilaku ikut-ikutan dan ala barat guna memenuhi kebutuhan hidup utamanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, Dj, *Nuansa Psikologi Pembangunan Yogyakarta* : Pustaka Pelajar, 1995
- Hawari, D, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta: Dhana Bhakti Prima Yasa, 1997.
- Sundari, S, *Kesehatan Mental dalam kehidupan*, Jakarta: Reineka Cipta, 2005
- Walgito, B, *Psikologi Sosial*, Edisi revisi, Yogyakarta : Andi Offset, 2003

