

SKRIPSI

**INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME
MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI
IAIN METRO LAMPUNG**

Oleh:

**LENA LIANA
NPM. 1904030005**



**Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) METRO
TAHUN 1445 H/2023 M**

**INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME
MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI
IAIN METRO LAMPUNG**

Diajukan untuk Memenuhi Tugas dan Sebagian Syarat Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

LENA LIANA
NPM. 1904030005

Pembimbing: Al Halik, M.Pd

Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) METRO
TAHUN 1445 H/2023 M**

NOTA DINAS

Nomor : -
Lampiran : 1 (satu) Berkas
Hal : Pengajuan Munaqosyah

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro
di-
Tempat


Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah kami adakan pemeriksaan dan bimbingan seperlunya, maka skripsi yang telah disusun oleh:


Nama : Lena Liana
NPM : 1904030005
Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Yang berjudul : INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG

Sudah kami setuju dapat diajukan ke Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro untuk dimunaqosyahkan. Demikian harapan kami dan atas penerimaannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Mengetahui,
Ketua Prodi BPI

Aisyah Khumairo, M.Pd.I
NIP. 199009032019032009

Metro, 8 Desember 2023
Dosen Pembimbing


Al Halik, M.Pd
NIP. 199006222019031008

PERSETUJUAN

Judul : INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN
HEDONISME MAHASISWA PERANTAU PADA
PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG

Nama : Lena Liana

NPM : 1904030005

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosyahkan dalam sidang munaqosyah Program Studi Bimbingan
Penyuluhan Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Institut Agama
Islam Negeri (IAIN) Metro.

Metro, 8 Desember 2023
Dosen Pembimbing



Al Halik, M.Pd

NIP. 199006222019031008

PENGESAHAN UJIAN

Nomor: 0128/In.28.4/D/PP.00.9/01/2024

Skripsi dengan Judul: INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG, disusun oleh: LENA LIANA, NPM: 1904030005, Program Studi: Bimbingan Penyuluhan Islam, telah diujikan dalam Sidang Munaqasyah Fakultas: Ushuluddin, Adab, dan Dakwah pada Hari/Tanggal: Kamis, 28 Desember 2023.

TIM PENGUJI

Ketua Sidang	: Al Halik, M.Pd	(.....)
Penguji I	: Prof. Dr. Dedi Irwansyah, M.Hum	(.....)
Penguji II	: Armila, M.Pd	(.....)
Sekretaris	: Muhammad Fauzhan 'Azima, M.Ag	(.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah



Dr. Aguswan Khotibul Umam, S.Ag., M.A
NIP. 19730801 199903 1 001

ABSTRAK

INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG

Oleh: Lena Liana

lianalena796@gmail.com

Maraknya gaya hidup hedonis yang terjadi di tengah masyarakat saat ini, salah satunya di kalangan mahasiswa. Mahasiswa yang berada di rentang usia antara 18-25 tahun di mana merupakan tahap peralihan antara perkembangan masa remaja akhir dan memasuki dewasa awal. Di tahap ini mahasiswa masih menjalani proses pencarian jati diri, sehingga mahasiswa akan antusias pada hal-hal baru dan hedonisme dianggap menarik perhatian dikarenakan gaya hidup ini hanya menjadikan kesenangan sebagai tujuan utama hidup. Selain itu, terdapat mahasiswa perantau yang tinggal dan jauh dari pengawasan orang tua, sehingga rentan melakukan hal-hal yang tidak sesuai dengan harapan orang tua. Dalam hal ini, mahasiswa memerlukan suatu kemampuan untuk mengendalikan diri mereka agar dapat menjauhi hedonisme. Kemampuan tersebut adalah *Self Control*.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui investigasi terhadap *self control* dan hedonisme mahasiswa perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian lapangan (*field research*) dengan sifat penelitian deskriptif kualitatif. Sumber data terdiri dari data primer dan data sekunder. Informan penelitian dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dan ditemukan empat informan yang sesuai dengan kriteria. Pengumpulan data menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data pada penelitian ini melalui tiga tahap yaitu, reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga informan penelitian yaitu DI, IF, dan WI sudah menggunakan kemampuan *self control* untuk mengatur dan mengarahkan perilaku, pikiran dan keputusan agar dapat menjauhi hedonisme sehingga tidak terjebak dengan kesenangan sementara yang merugikan. Namun berbeda pada informan penelitian HA, ia memiliki *self control* yang kurang baik dan memiliki kecenderungan bergaya hidup hedonis. *Self control* dan hedonisme informan pada penelitian ini dipengaruhi dan disebabkan oleh faktor internal yaitu usia dan motif, serta faktor eksternal yaitu kelompok referensi (lingkungan pertemanan) dan keluarga. Hedonisme dapat bersifat negatif atau positif apabila bisa dikendalikan dengan cara-cara Islami, seperti hidup *zuhud*, *qona'ah* dan *istighna'*.

ORISINALITAS PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lena Liana
NPM : 1904030005
Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Metro, 28 Desember 2023

Yang menyatakan



Lena Liana

NPM. 1904030005

MOTTO

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ (40)

فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ (41)

Terjemahan:

“Dan adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan **menahan diri dari keinginan hawa nafsunya**, maka sesungguhnya **surgalah tempat tinggal(nya)**.” (QS. an-Naziat [79]: 40-41)

PERSEMBAHAN

Puji syukur atas rahmat, nikmat, dan hidayah yang telah diberikan Allah Swt. Sehingga peneliti mampu menyelesaikan penelitian ini, dan peneliti mempersembahkan penelitian skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tua tercinta kepada Bapak Sartimin dan Ibu Ratna Wati yang telah merawat, mendidik, memberikan dukungan, dan selalu mendoakan keberhasilan peneliti. Tanpa dukungan dari kedua orang tua peneliti tidak akan mampu untuk menyelesaikan penelitian skripsi ini.
2. Dosen Pembimbing, Bapak Al Halik, M.Pd yang telah sabar dalam membimbing serta mengarahkan peneliti dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.
3. Teman-teman Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam angkatan 2019 yang menjadi teman seperjuangan selama kuliah dan memberikan semangat dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini.
4. Diri saya sendiri yang telah mampu berjuang hingga tahap akhir. Terima kasih karena sudah bertahan hingga saat ini, terima kasih sudah mampu melewati rintangan-rintangan ini, terima kasih untuk senantiasa berusaha menggapai impian dan cita-citamu.
5. Almamater tercinta Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro Lampung.

KATA PENGANTAR



Puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada peneliti, sehingga Skripsi yang berjudul “Investigasi Terhadap *Self Control* dan Hedonisme Mahasiswa Perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung” dapat terselesaikan dengan baik. Penelitian Skripsi ini merupakan bagian dari persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Program Strata Satu (S-1) Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah (FUAD) Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro.

Dalam upaya penyelesaian Skripsi ini, peneliti telah menerima banyak bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada Rektor IAIN Metro Prof. Dr. Siti Nurjanah, M.Ag., PIA, Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Dr. Aguswan Khotibul Umam, S.Ag., M.A, Ketua Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Ibu Aisyah Khumairo, M.Pd.I serta Pembimbing Skripsi Bapak Al Halik, M.Pd, yang telah memberikan bimbingan penelitian Skripsi serta mengarahkan dan memberikan motivasi kepada peneliti.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan Skripsi ini belum mencapai kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak untuk kesempurnaannya. Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan bagi para pembaca.

Metro, 28 Desember 2023
Peneliti

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Lena Liana', with a decorative flourish at the end.

Lena Liana
NPM. 1904030005

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	i
Halaman Judul	ii
Nota Dinas	iii
Persetujuan	iv
Pengesahan	v
Abstrak	vi
Orisinalitas Penelitian	vii
Motto	viii
Persembahan	ix
Kata Pengantar	x
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Pertanyaan Penelitian.....	8
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	8
D. Penelitian Relevan	9

BAB II LANDASAN TEORI

A. Teori Psikoanalisis.....	13
1. Struktur Kepribadian	13
2. Struktur Kepribadian dalam Perspektif Islam	14
B. <i>Self Control</i>	20
1. Pengertian <i>Self Control</i>	20
2. Jenis dan Aspek <i>Self Control</i>	22
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Control</i>	25
4. <i>Self Control</i> dalam Perspektif Islam	26

C. Hedonisme.....	30
1. Pengertian Hedonisme	30
2. Karakteristik dan Jenis Hedonisme.....	32
3. Aspek-aspek Hedonisme	34
4. Faktor-faktor Penyebab Terjadinya Hedonisme.....	36
5. Hedonisme dalam Perspektif Islam	39
D. Mahasiswa Perantau	42
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Sifat Penelitian	44
B. Sumber Data	45
C. Teknik Pengumpulan Data.....	46
D. Teknik Penjamin Keabsahan Data	49
E. Teknik Analisis Data	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	52
B. Hasil Penelitian	54
C. Investigasi Terhadap <i>Self Control</i> dan Hedonisme Mahasiswa Perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung	73
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	90
B. Saran	91
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Jumlah Mahasiswa Program Studi BPI	53
Tabel 4.2 Ringkasan Hasil Penelitian Variabel <i>Self Control</i>	63
Tabel 4.3 Ringkasan Hasil Penelitian Variabel Hedonisme	71

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Struktur Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam.....	54
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 2 : SK Pembimbing Skripsi
- Lampiran 3 : Surat Izin Prasurey
- Lampiran 4 : Surat Balasan Prasurey
- Lampiran 5 : Alat Pengumpul Data (APD)
- Lampiran 6 : Hasil Wawancara Penelitian
- Lampiran 7 : Hasil Observasi Penelitian
- Lampiran 8 : Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 9 : Outline Skripsi
- Lampiran 10 : Surat Izin Research
- Lampiran 11 : Surat Tugas
- Lampiran 12 : Surat Balasan Izin Research
- Lampiran 13 : Surat Keterangan Bebas Pustaka
- Lampiran 14 : Surat Keterangan Turnitin
- Lampiran 15 : Formulir Konsultasi Bimbingan Skripsi
- Lampiran 16 : Riwayat Hidup

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring dengan waktu yang berlalu, banyak individu yang merantau ke suatu daerah untuk melanjutkan pendidikan. Merantau diartikan sebagai pergi dari luar daerah sendiri atau meninggalkan kampung halaman menuju ke daerah atau negara lain untuk mencari kekayaan dan ilmu pengetahuan.¹ Kesempatan yang lebih banyak untuk mendapatkan pendidikan yang lebih baik dan lingkungan baru yang menyenangkan, seperti fasilitas publik yang lengkap dan berkualitas, terdapat kegiatan-kegiatan di kota, serta wahana hiburan yang beraneka ragam akan sangat menarik bagi individu yang sedang mencari jati diri dalam mencapai impian mereka di kota. Individu yang merantau berpendapat jika daerah ia berasal masih belum mampu mencukupi pemenuhan kebutuhan dan penghasilan di masa yang akan datang. Individu yang merantau dengan tujuan untuk menuntut ilmu umumnya merupakan mahasiswa.

Rumah yang cukup jauh mengharuskan mahasiswa perantau untuk tinggal di kosan, pondok pesantren atau rumah sanak saudara yang dekat dengan perguruan tinggi tempat mahasiswa menuntut ilmu. Tinggalnya mahasiswa di kosan membuat orang tua dan mahasiswa menjadi jarang bertemu. Jarak yang memisahkan mahasiswa dengan orang tua menyebabkan

¹ Hana Hanifah, Robi Afrizan Saputra dan Ghina Siti Ramadhanty, *Rendang, Merantau & Minangkabau: Relevansi Masakan Rendang dengan Filosofi Merantau Orang Minangkabau*, (Bandung: Bitread Publishing, 2017), 20.

orang tua tidak bisa mengawasi secara langsung anak mereka, sehingga mereka rentan untuk melakukan hal-hal di luar harapan orang tua. Agar perilaku mahasiswa dapat selaras dengan harapan orang tua, maka mereka membutuhkan suatu kemampuan yang sangat penting selama merantau. Kemampuan tersebut adalah *self control* (kemampuan mengendalikan diri). Pujawati melalui penelitiannya mengemukakan bahwa mengendalikan diri artinya individu berusaha dengan sungguh-sungguh untuk mengarahkan perilaku dan pikiran kepada hal-hal yang dapat memberikan manfaat serta diterima secara sosial. *Self control* membuat individu berperilaku dan berpikir lebih terarah, dapat mengarahkan secara benar dorongan-dorongan perasaan yang berasal dari dalam diri supaya tidak menentang aturan dan norma yang ada di lingkungan masyarakat sekitarnya.²

Mahasiswa berada di rentang usia antara 18-25 tahun di mana mahasiswa sedang berada di tahap peralihan antara perkembangan masa remaja akhir dan memasuki dewasa awal.³ Pada masa remaja individu mengalami berbagai perubahan fisik dan psikis.⁴ Masa peralihan dianggap sebagai tahap perkembangan di mana individu mengalami banyak problem dan tekanan dalam hidupnya. Seperti pada perubahan yang dialami mahasiswa terutama mahasiswa perantau, yaitu perubahan sistem pendidikan, lingkungan baru yang terdiri dari teman, budaya, nilai-nilai sosial, serta tanggung jawab untuk hidup mandiri saat merantau.

² Zulva Pujawati, "Hubungan Kontrol Diri dan Dukungan Orang Tua dan Perilaku Disiplin Pada Santri," *Jurnal Psikoborneo* No. 3/2015, 324.

³ Andi Thahir, *Psikologi Perkembangan*, (Lampung: Aura Publishing, 2018), 156.

⁴ *Ibid.*, 147.

Mahasiswa yang merupakan tahap peralihan remaja menuju dewasa sedang berada di tahap pencarian jati diri, sehingga mudah untuk ikut dan tergoda dengan hal-hal yang ada di sekitarnya. Seperti yang dipaparkan oleh Kasali dalam Yusmita, Suroso dan Niken yang mengatakan bahwa tempat nongkrong paling terkenal untuk mengisi waktu luang mahasiswa adalah mall (30,8%), jajan menjadi hal pertama pengeluaran mahasiswa (49,4%), jalan-jalan atau hura-hura (19,8%), membeli pakaian (2,3%), dan membeli aksesoris mobil (0,6%). Paparan tersebut mengarah kepada kecenderungan mahasiswa dalam gaya hidup hedonis.⁵

Hedonisme merupakan salah satu fenomena yang harus dipahami sisi negatif dan sisi positifnya oleh mahasiswa saat merantau. Gaya hidup yang menjadikan kesenangan/kenikmatan sebagai tujuan utama dalam hidup ini banyak memberikan pengaruh pada individu yang berada di usia remaja akhir, contohnya pelajar dan mahasiswa. Salah satu faktor penyebab hedonisme pada mahasiswa adalah pengaruh lingkungan pergaulan atau pertemanan. Mahasiswa perantau yang baru saja mengenal lingkungan baru dan ingin melakukan pencarian jati diri melalui kegiatan merantau harus berhati-hati dalam memilih teman sepergaulan. Rista dan Jalil mengatakan bahwa mahasiswa hedonis biasanya memiliki teman yang juga hedonis dan cenderung berkelompok.⁶ Selanjutnya Trimartati mengemukakan bahwa hedonisme pada mahasiswa merupakan bentuk pencarian jati diri, sehingga

⁵ Yusmita M, Suroso dan Niken Titi Pratitis, "Gaya Hidup Hedonisme pada Mahasiswa: Adakah Peranan Kontrol Diri dan *Big Five Personality*," *Inner: Journal of Psychological Research* No. 2/Agustus 2022, 171.

⁶ Yulia Rista dan Ashaluddin Jalil, "Gaya Hidup Hedonis Mahasiswa di Kota Pekanbaru," *JOM Fisip* No. 1/Januari-Juni 2021, 3.

mahasiswa akan antusias pada hal-hal baru dan hedonisme dianggap menarik perhatian mereka dikarenakan gaya hidup ini hanya memikirkan kesenangan atau kenikmatan dalam menjalani hidupnya.⁷ Hal-hal tersebut dapat mempengaruhi mahasiswa perantau untuk menganut gaya hidup hedonis.

Fenomena hedonisme yang terjadi di Program Studi BPI IAIN Metro Lampung dari hasil prasurvei yang dilakukan peneliti pada Desember 2022 dapat dilihat dari aktivitas, minat dan opini beberapa mahasiswa. Seperti pada informan HA yang merupakan seorang mahasiswa yang memiliki kesenangan berupa nongkrong di kafe atau mall, nonton konser dan *travelling*. Ia dengan jujur menyatakan bahwa dirinya adalah orang yang sangat boros. Saat nongkrong ia memilih kafe yang bagus dan terkenal dengan berbagai menu yang mahal. Kemudian saat nonton konser ia membutuhkan banyak biaya untuk penampilan, transportasi, konsumsi dan tiket konser. HA tidak memiliki batasan intensitas dalam melakukan kesenangan miliknya dan sering melakukannya secara spontan.

Selanjutnya beberapa mahasiswa juga memiliki kesenangannya masing-masing, seperti pada informan DI dan WI yang sama-sama memiliki kesenangan terhadap kuliner. Keduanya sering menghabiskan sejumlah uang untuk membeli makanan dan minuman yang beragam jenisnya. Kemudian pada informan IF, ia memiliki kesenangan berupa bermain *game online*. Ia menghabiskan sejumlah uang untuk melakukan *top up* dalam *game* yang ia mainkan dan banyak menghabiskan waktu dalam memainkannya.

⁷ Novita Trimartati, "Studi Kasus Tentang Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan," *Jurnal Psikopedagogia* No. 1/2014, 21.

Agama Islam mencegah manusia dari perilaku bermegah-megahan. Al-Qur'an sudah memberikan peringatan kepada manusia supaya selalu hati-hati dengan kebiasaan bermegah-megahan karena ancaman siksaan yang amat pedih. Sebagaimana dalam firman Allah pada QS. at-Takatsur.

أَلْهَيْكُمُ التَّكَاثُرُ (1) حَتَّىٰ زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ (2) كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ (3)
 ثُمَّ كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ (4) كَلَّا لَوْ تَعْلَمُونَ عِلْمَ الْيَقِينِ (5) لَتَرَوُنَّ
 الْجَحِيمَ (6) ثُمَّ لَتَرَوُنَّهَا عَيْنَ الْيَقِينِ (7) ثُمَّ لَنَسْأَلَنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ
 النَّعِيمِ (8)

Terjemahan: “Bermegah-megahan telah melalaikan kamu, sampai kamu masuk ke dalam kubur. Janganlah begitu, kelak kamu akan mengetahui (akibat perbuatanmu itu), dan janganlah begitu, kelak kamu akan mengetahui. Janganlah begitu, jika kamu mengetahui dengan pengetahuan yang yakin, niscaya kamu benar-benar akan melihat neraka Jahiim, dan sesungguhnya kamu benar-benar akan melihatnya dengan ‘ainul yaqin, kemudian kamu pasti akan ditanyai pada hari itu tentang kenikmatan (yang kamu megah-megahkan di dunia itu).” (QS. at-Takatsur [102]: 1-8)⁸

M. Quraish Shihab menjelaskan bahwa QS. at-Takatsur merupakan surah yang berisi kecaman terhadap manusia yang dilalaikan oleh hiasan gemerlap duniawi dan rasa bangga yang berlebihan terhadap hal-hal yang fana. Surah ini juga sekaligus memberikan peringatan mengenai akhir kehidupan setiap manusia. Beliau menafsirkan at-Takatsur sebagai pertandingan antara dua pihak atau lebih dalam mengumpulkan dan memiliki sebanyak mungkin hiasan serta gemerlapan duniawi tanpa menghiraukan norma-norma dan nilai-nilai agama.⁹

⁸ Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Kementerian Agama RI, 1971), 1096.

⁹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Kerahasiaan Al-Qur'an*, Vol. 15 Juz 'Amma, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 485-487.

Berdasarkan beberapa penelitian, fenomena, serta firman Allah yang telah dipaparkan di atas menunjukkan bahwa hedonisme memiliki dampak negatif untuk mahasiswa perantau sehingga *self control* sangat penting dimiliki, terutama *self control* dalam menahan diri dari godaan hawa nafsu. Kemampuan ini dapat membantu individu dalam menampilkan perilaku yang bermoral dan sesuai dengan harapan sosial berlandaskan hati dan pikiran. *Self control* memberikan kesadaran kepada individu mengenai konsekuensi negatif dari perilaku yang ditampilkan sehingga ia akan mengendalikan diri dengan baik. Dalam penelitian Fatia dan Endang mengungkapkan bahwa terdapat sumbangan efektif sebesar 23% dari kontrol diri terhadap hedonisme pada mahasiswa yang mengartikan bahwa *self control* berpengaruh terhadap hedonisme.¹⁰

Pada beberapa mahasiswa perantau Program Studi BPI IAIN Metro Lampung yang meskipun mereka memiliki kegiatan kesenangan seperti mahasiswa lainnya tetapi mereka bisa mengendalikan kapan tepatnya mereka benar-benar perlu melakukan kesenangan tersebut. Mereka bisa menentukan mana hal atau aktivitas yang benar-benar prioritas atau kebutuhan dan mana yang hanya keinginan semata. Sebagaimana pernyataan yang diungkapkan informan DI yang menyatakan bahwa kesenangan itu memiliki banyak cara, salah satunya ketika tugas sudah selesai dan menghabiskan waktu dengan orang terdekat. Kemudian menurut DI, *hang out* dan belanja tidak perlu

¹⁰ Fatia Nur Azizah dan Endang Sri Indrawati, "Kontrol Diri dan Gaya Hidup Hedonis pada Mahasiswa Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro," *Jurnal Empati* No. 4/Oktober 2015, 156.

sering-sering dikarenakan bukan kebutuhan pokok.¹¹ Selain itu, informan IF menyatakan bahwa ia lebih mengutamakan belanja sesuai kebutuhan terlebih dahulu sebelum berbelanja barang lain yang tidak dibutuhkan sekalipun itu sangat menggiurkan, dikarenakan dengan hemat dan bijak berbelanja dapat menenangkan hati dan pikirannya.¹² Sedangkan menurut informan WI, daripada memikirkan dirinya bersenang-senang, WI lebih memilih untuk berhemat karena ia tidak mau orang tuanya kesusahan mencari uang untuk membiayai dirinya selama di tempat merantau.¹³

Berdasarkan opini para informan di atas, bisa dilihat jika mahasiswa perantau tersebut mampu melakukan pengendalian yang baik atas dirinya sendiri dalam hal kesenangan/kenikmatan. Kemudian dapat diambil kesimpulan bahwa *self control* adalah hal penting yang wajib dimiliki oleh masing-masing individu. *Self control* akan mempengaruhi individu dalam memilih perilaku yang akan ditampilkan dan mencegah perilaku yang hanya menuruti hawa nafsu, keinginan atau semaunya. Salah satunya adalah mengendalikan diri dari hedonisme yang hanya berpusat pada kesenangan/kenikmatan, hura-hura, dan berfoya-foya. Dari hal-hal tersebut, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang **Investigasi Terhadap *Self Control* dan Hedonisme Mahasiswa Perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung.**

¹¹ DI, *Wawancara*, 24 Desember 2022.

¹² IF, *Wawancara*, 23 Desember 2022

¹³ WI, *Wawancara*, 25 Desember 2022.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan masalah di atas, dapat ditarik rumusan masalah oleh peneliti yakni bagaimana fenomena *self control* dan hedonisme mahasiswa perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui investigasi terhadap *self control* dan hedonisme mahasiswa perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung.

2. Manfaat Penelitian

Dalam setiap penelitian akan menyajikan manfaat penelitian baik secara teoretis ataupun secara praktis. Manfaat penelitian ini terdiri dari manfaat teoretis dan manfaat praktis.

a. Manfaat Teoretis

Peneliti mengharapkan penelitian ini dapat bermanfaat dalam memberikan kontribusi atau masukan bagi pelaksana penelitian dalam bidang yang sama serta masukan terhadap berbagai pihak yang bersangkutan mengenai investigasi terhadap *self control* dan hedonisme mahasiswa perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Program Studi BPI IAIN Metro

Peneliti mengharapkan penelitian ini bisa memberikan pemahaman mengenai pentingnya *self control* dan pengetahuan tentang hedonisme agar mahasiswa Program Studi BPI IAIN Metro Lampung dapat terhindar dari hal-hal yang dapat memberikan konsekuensi negatif di kehidupan mahasiswa.

2) Bagi Peneliti

Manfaat penelitian ini bagi peneliti adalah sebagai bahan pembelajaran untuk diri sendiri agar mampu menerapkan *self control* yang baik di kehidupan sehari-hari, serta sebagai salah satu syarat peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir dan menjadi sarjana sosial.

3) Bagi Fakultas

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi untuk peneliti selanjutnya yang akan melakukan penyusunan skripsi di tahun mendatang dan menambah koleksi kepustakaan di Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah.

D. Penelitian Relevan

Dalam rangka mendukung penyusunan penelitian ini, peneliti melakukan peninjauan terhadap beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai keterkaitan dengan topik yang akan diteliti.

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Diani Tiona yang berjudul, “Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Belanja Online Mahasiswa.” Penelitian tersebut dilatarbelakangi oleh dampak negatif dari perilaku konsumtif belanja online pada mahasiswa yang tidak memiliki keseimbangan antara pendapatan dengan pengeluarannya (boros). Perilaku tersebut telah menimbulkan masalah ekonomi, sehingga peneliti memandang bahwa mahasiswa dengan perilaku konsumtif belanja online membutuhkan suatu kemampuan untuk mengendalikan diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah terdapat pengaruh antara kontrol diri dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa dengan menggunakan metode kuantitatif. Hasil penelitian yaitu terdapat pengaruh kontrol diri terhadap perilaku konsumtif belanja online pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada salah satu variabel penelitian dan metode penelitian. Penelitian terdahulu meneliti tentang perilaku konsumtif dengan metode penelitian kuantitatif, sedangkan peneliti meneliti tentang hedonisme dengan metode penelitian kualitatif.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Harlina yang berjudul, “Kontrol Diri Mahasiswa Perantau dalam Menjaga Kepercayaan Orang Tua (Studi Kasus Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Parepare).” Penelitian ini dilatarbelakangi oleh semakin kompleksnya perubahan lingkungan sosial yang harus dihadapi oleh mahasiswa perantau tanpa pengawasan langsung dari orang tua. Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan kontrol diri mahasiswa perantau dalam menjaga kepercayaan

orang tua dan menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhinya dengan menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa kelima informan penelitian, yaitu MS, HR, LK, DR dan RA telah mampu mengendalikan diri, sedangkan informan RZ dan WA belum mampu. Lalu faktor pengaruh kontrol diri, yaitu faktor internal (usia dan kematangan) dan faktor eksternal (orang tua). Perbedaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian terdahulu terletak pada salah satu variabel penelitian. Penelitian terdahulu meneliti tentang menjaga kepercayaan orang tua, sedangkan peneliti meneliti tentang hedonisme.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Aminah Tehuayo yang berjudul, “*Self Control* Mahasiswa Perantau dalam Pergaulan Bebas di Lingkungan Kampus IAIN Ambon.” Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pergaulan bebas yang menjadi permasalahan sosial bagi mahasiswa perantau yang sedang mencari ilmu di tempat merantau. Dalam hal ini, *self control* sangat penting untuk menjaga pergaulan agar tetap mengarah ke arah yang positif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui cara mahasiswa perantau mengendalikan diri dari pergaulan bebas. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa *self control* dalam pergaulan bebas, yaitu dengan memahami *self control*, mengetahui pentingnya *self control*, menjaga cara bergaul, memfokuskan diri untuk belajar, mempunyai prinsip hidup, menjaga waktu, pintar membaca situasi dan mengetahui dampak dari pergaulan bebas. Selanjutnya, faktor pendukung dan penghambat mahasiswa perantau dalam pergaulan, yaitu faktor individual, faktor usia, faktor pengetahuan, faktor

lingkungan, faktor teknologi, faktor orang tua, faktor sosial dan faktor ekonomi. Adapun perbedaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian terdahulu terletak pada salah satu variabel penelitian. Penelitian terdahulu meneliti tentang pergaulan bebas, sedangkan peneliti meneliti tentang hedonisme.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Teori Psikoanalisis

1. Struktur Kepribadian

Sigmund Freud berpandangan bahwa kepribadian manusia tersusun atas tiga struktur, di antaranya yaitu id (*da es*), ego (*das ich*), dan superego (*das ueber ich*). Struktur kepribadian tersebut akan saling berinteraksi dan akan menentukan perilaku seseorang.¹⁴

Pertama; Id (*da es*). Id merupakan sistem kepribadian yang berorientasi pada prinsip kesenangan (*pleasure principles*). Id selalu mencari kesenangan dan menghindari rasa sakit atau ketidaknyamanan. Id merupakan bagian asli dalam kepribadian manusia dan merupakan tempat penyimpanan kebutuhan dasar seperti makan, minum, istirahat, serta rangsangan agresivitas dan seksualitas. Id adalah sumber energi psikis yang berisi insting-insting, baik insting hidup atau insting kematian yang dapat menggerakkan kegiatan psikis manusia. Id ini bertempat pada alam bawah sadar yang tanpa disadari dapat memberikan pengaruh secara langsung pada perilaku individu.¹⁵

Kedua; Ego (*das ich*). Ego merupakan sistem kepribadian yang rasional dan berorientasi pada prinsip realitas (*reality principle*). Ego memiliki peran sebagai perantara antara id atau keinginan mencapai

¹⁴ Muh Farozin dan Kartika Nur Fathiyah, *Pemahaman Tingkah Laku*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), 45.

¹⁵ Latipun, *Psikologi Konseling*, cet-6, (Malang: UMM Press, 2006), 73.

kepuasan dengan keadaan lingkungan atau dunia nyata. Ego disebut juga sebagai eksekutif kepribadian dikarenakan ia mengendalikan tindakan, menentukan lingkungan untuk memberi respons, memenuhi keinginan insting dan memiliki tugas untuk melakukan pengendalian terhadap tuntutan insting (id) dan melakukan pertimbangan terhadap kode moral (superego).¹⁶

Ketiga; Superego (*das ueber ich*). Superego berfungsi untuk menekan dorongan-dorongan id, khususnya dorongan seksual. Superego juga digunakan dalam mendorong ego agar mengganti kepada tujuan moral dari tujuan realistis agar dapat mengejar kesempurnaan. Superego berkembang bukan dari faktor biologis, melainkan dari faktor kebudayaan dan nilai-nilai sosial. Superego dibentuk melalui interaksi orang tua dengan masyarakat. Oleh karena itu, superego berisi “kode moral” yang bertentangan dengan keinginan id. Jadi, superego bisa disebut sebagai kata hati yang akan menjadi kontrol dalam (*internal-control*) individu.¹⁷

2. Struktur Kepribadian dalam Perspektif Islam

a. *Al-Qalb* (Kalbu): → Superego

Dalam konteks ini, Al-Ghazali memecah definisi kalbu ke dalam dua makna, yakni kalbu yang memiliki sifat jasmani dan kalbu yang memiliki sifat rohani. Kalbu jasmani adalah sebuah organ tubuh manusia seperti segumpal daging yang terletak di dalam

¹⁶ Latipun, *Ibid.*, 74-75.

¹⁷ *Ibid.*, 73.

dada sebelah kiri dan memiliki bentuk seperti buah sanubar (sanubari) atau seperti jantung pisang. Umumnya, bagian ini disebut sebagai jantung. Sedangkan kalbu rohani merupakan suatu hal yang memiliki sifat halus dan rohani dan berkaitan dengan kalbu jasmani. Bagian ini yang menjadi inti dari keberadaan manusia.¹⁸

Kalbu jasmani berkaitan erat dengan ilmu kedokteran dan tidak melibatkan aspek keagamaan atau kemanusiaan. Pengertian kalbu ini juga dapat ditemukan pada hewan. Sementara itu, kalbu rohani mengacu pada jiwa yang memiliki sifat halus, rohani, ketuhanan, dan memiliki ikatan dengan kalbu jasmani. Kalbu rohani inilah yang menjadi hakikat manusia dikarenakan sifatnya yang mampu menerima, mempunyai kemauan, berpikir, mengenal, dan beramal serta menjadi tujuan dari perintah, hukuman, celaan dan tuntutan Tuhan. Kalbu rohani adalah inti jiwa manusia dan memainkan peranan sebagai pemimpin dan pengendali struktur jiwa lainnya. Jika kalbu ini bekerja dengan normal, maka kehidupan manusia akan berjalan baik dan selaras dengan fitrahnya yang asli, karena kalbu ini memiliki sifat *ilahiyyah* atau *rabbaniyyah*. Sifat *Ilahiyyah* adalah sifat supra kesadaran yang berasal dari Tuhan di mana melalui ini manusia tidak hanya mengetahui lingkungan fisik dan sosial, tetapi juga lingkungan spiritual, termasuk ketuhanan dan keagamaan.¹⁹

¹⁸ Imam Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin: Menghidupkan Ilmu-ilmu Agama*, Jilid 3, terj. Ismail Yakub, (Jakarta: CV Faizan, 1979), 898.

¹⁹ *Ibid.*

Kalbu memiliki kecakapan untuk mendapatkan pengetahuan (*al-ma'rifah*) melalui cita rasa (*al-zawqiyah*), sebagaimana difirmankan Allah Swt. dalam QS. Al-Taghabun, [64]: 11, “Dan orang-orang beriman mendapat petunjuk dari Allah melalui kalbunya.” Ketika diaktualisasikan, potensi kalbu tidak selalu menghasilkan perilaku yang baik. Baik atau buruk ditentukan terhadap pilihan individu. Dalam HR. Al-Bukhari dari Nu'man ibn Basyir, Nabi Saw. bersabda: “Sesungguhnya di dalam tubuh terdapat segumpal daging. Apabila ia baik maka semua tubuh menjadi baik, tetapi apabila ia rusak maka semua tubuh menjadi rusak pula. Ingatlah bahwa ia adalah kalbu.”²⁰

b. *Al-'Aql (Akal):* → Ego

Akal adalah substansi *nafsani* yang bersemayam di otak dan berfungsi untuk berpikir. Akal merupakan hasil dari aktivitas otak dengan cahaya nurani untuk mendapatkan pengetahuan dan kognisi. Akal adalah kemampuan manusia untuk memperoleh pengetahuan rasional dan menentukan eksistensi manusia. Melalui daya argumentatifnya, akal bisa mendapatkan pengetahuan serta menunjukkan substansi berpikir, termasuk kemampuan untuk berpendapat, memahami, menguraikan, mengingat, mendapatkan dan menyampaikan suatu hal. Oleh karena itu, sifat akal disebut

²⁰ Faiqatul Husna, “Aliran Psikoanalisis dalam Perspektif Islam,” *Salam: Jurnal Sosial & Budaya Syar-i* No. 2/2018, 106.

kemanusiaan (*insaniyah*) dan *fithrah insaniyah*. Akal secara psikologis berfungsi kognisi (daya cipta).²¹

Akal bukan kalbu, melainkan entitas tersendiri dalam aspek *nafsiyah* yang terletak di otak dan memiliki fungsi untuk berpikir. Meskipun akal memiliki kemiripan dengan kalbu dalam mendapatkan daya kognisi, namun terdapat perbedaan dalam cara serta hasilnya. Akal dapat meraih pengetahuan rasional, namun tidak dengan pengetahuan yang supra-rasional. Selain itu, meskipun akal dapat menunjukkan perkara-perkara yang abstrak, namun hakikatnya belum bisa dirasakan. Kemampuan akal juga membawa keberadaan (eksistensi) manusia pada tingkat kesadaran, namun tidak pada tingkat supra-kesadaran. Menurut pandangan al-Ghazali terdapat aktivitas yang dilakukan oleh akal, seperti: *al-Nadlar* (melihat dengan memperhatikan); *al-Tadabbur* (memperhatikan dengan seksama); *al-Ta'ammul* (merenungkan); *al-Istibshar* (melihat dengan mata batin); *al-I'tibar* (menginterpretasikan); *al-Tafkir* (memikirkan); dan *al-Tadzakkur* (mengingat).²²

c. *An-Nafs* (Nafsu): → Id

Dalam terminologi psikologi, nafsu berkaitan dengan konasi (kemauan) yang meliputi tanggapan, tindakan, usaha, kemauan atau keinginan. Aspek konasi kepribadian dicirikan dengan perilaku yang memiliki tujuan dan dorongan untuk bertindak. Nafsu menampilkan

²¹ Faiqatul Husna, *Ibid.*, 106.

²² *Ibid.*, 107.

struktur kepribadian manusia yang terletak di alam bawah sadar. Jika nafsu dibiarkan memimpin diri manusia, maka kepribadian mereka tidak akan muncul di dunia maupun di akhirat. Manusia dengan sifat-sifat ini sebenarnya berada pada tempat yang serupa dengan hewan bahkan bisa menjadi lebih hina.²³ Sebagaimana dalam firman Allah Swt. sebagai berikut.

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالْإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ (179)

“Dan sesungguhnya Kami jadikan untuk isi neraka Jahannam kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). Mereka itu seperti binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. mereka itulah orang-orang yang lalai.” (QS: al-A’raf [7]: 179)²⁴

Dalam konteks ini, Imam al-Ghazali mengemukakan bahwa manusia mempunyai empat potensi, yaitu: (1) potensi nafsu *Hayawaniyyah*, artinya berperilaku seperti hewan ternak. Nafsu ini mirip dengan perilaku hidup hewan ternak dalam memenuhi kenikmatan lahiriah atau kenikmatan seksual, seperti serakah, tidak tahu malu dan lain-lain; (2) potensi nafsu *Sabu’iyyah*, yaitu nafsu yang memberikan dorongan berperilaku seperti hewan buas.

²³ Faiqatul Husna, *Ibid.*, 107.

²⁴ Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur’an, *Al-Qur’an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Kementerian Agama RI, 1971), 251-252.

Misalnya manusia yang gemar menindas, mengambil hak, menyakiti, dan semua perilaku negatif seperti permusuhan, iri hati, kebencian dan saling bertengkar; serta (3) potensi nafsu *Syathaniyyah*, yaitu nafsu yang merepresentasikan perilaku setan yang menyesatkan manusia. Nafsu inilah yang membuat manusia untuk melakukan pembenaran terhadap semua tindakan kejahatan yang dilakukan mereka.²⁵

Walaupun dari gambaran nafsu yang terlihat di atas manusia sangat dipengaruhi oleh dorongan dan naluri insting nafsu miliknya, namun al-Ghazali mengamati suatu potensi yang lain pada manusia yang di luar kategori hawa nafsu. Potensi tersebut yaitu kekuatan Tuhan (*Quwwatan Rabbaniyah*) yang bersumber dari percikan cahaya Ilahi dan bersemayam di akal sehat manusia. Dengan potensi ini, manusia mampu mengalahkan tiga potensi lainnya. Manusia yang menggunakan kemampuan akal sehat miliknya akan mampu membedakan mana perbuatan yang sesuai dengan perintah Allah dan mana perbuatan yang bertentangan dari ketentuan-Nya. Akal akan menjadi pembimbing dalam perjalanan rohani menuju kepada-Nya.²⁶

Berdasarkan struktur yang telah dijelaskan di atas, kepribadian dalam psikologi Islam dapat didefinisikan sebagai “integrasi sistem kalbu, akal, dan nafsu manusia yang menghasilkan perilaku.” Definisi ini menjadi perbandingan dengan definisi yang dikemukakan Sigmund

²⁵ Faiqatul Husna, *Ibid.*, 107-108.

²⁶ *Ibid.*, 108.

Freud dalam teori psikoanalisis. Komponen-komponen yang terdapat dalam substansi *nafs* manusia saling berinteraksi satu sama lain dan tidak dapat dipisahkan. Kepribadian yang sebenarnya adalah hasil dari interaksi antara ketiga komponen tersebut, tetapi ada satu komponen yang lebih dominan dibandingkan komponen yang lainnya.

B. *Self Control*

1. Pengertian *Self Control*

Ghufron dan Suminta mengartikan *self control* sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. *Self control* juga diartikan sebagai kemampuan untuk mengendalikan dan mengatur faktor-faktor perilaku sesuai dengan keadaan agar mampu menunjukkan diri dalam bersosialisasi, mengendalikan perilaku, menarik perhatian, mengubah perilaku yang dapat menyesuaikan orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menyembunyikan perasaan. *Self control* juga memperlihatkan keputusan yang dipertimbangkan secara kognitif untuk menggabungkan perilaku yang dipersiapkan untuk menaikkan hasil dan mencapai tujuan sesuai dengan harapan.²⁷

Saat berhubungan dengan individu lain, individu akan berupaya menampilkan perilaku yang dirasa sangat benar menurut keyakinannya,

²⁷ M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita Suminta, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 21-22.

yakni perilaku yang mampu mencegah hubungan miliknya dari konsekuensi negatif yang ditimbulkan karena respons yang ditampilkannya. *Self control* diperlukan individu dalam mengendalikan keterbatasan kemampuan dan menangani perkara-perkara merugikan yang datang dari luar. Saat memenuhi tuntutan, *self control* dilakukan untuk menghindari penyimpangan dalam proses kehidupan.²⁸

Semua tindakan pada dasarnya memerlukan pengambilan keputusan dan *self control* memainkan peran penting dalam menentukan keputusan. Individu dengan *self control* yang tinggi dalam menentukan keputusan tidak akan terburu-buru hanya untuk mencari kesenangan/kenikmatan yang bersifat sementara, ia mampu menunda dalam memenuhi kebutuhan apabila penundaan tersebut dapat memberikan kesenangan/kenikmatan yang lebih baik, lebih berkualitas, dan lebih lama. Sedangkan individu yang memiliki *self control* lemah dapat dikatakan impulsif di mana ia memiliki kecenderungan untuk mencari kesenangan/kenikmatan sementara yang bersifat jangka pendek, serta ia memiliki kesulitan untuk menunda kesenangan/kenikmatan sementara.²⁹

Self control berarti menyadari sepenuhnya apa yang dilakukan. *Self control* juga berarti mampu menunda kesenangan/kenikmatan jangka pendek agar dapat mencapai hal yang lebih besar dalam jangka panjang. Individu dengan kemampuan *self control* yang baik tidak akan tergoda untuk memenuhi kesenangan/kenikmatan yang berlebihan dalam jangka

²⁸ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita Suminta, *Ibid.*, 23.

²⁹ Erhamwilda, *Konseling Sebaya; Alternatif Kreatif Layanan Bimbingan Konseling di Sekolah*, (Yogyakarta: Media Akademi, 2015), 22.

pendek. Ia memahami bahwa kesenangan/kenikmatan jangka pendek yang ia dapat tidak akan sebanding dengan penyesalan jangka panjang yang akan ia alami.³⁰

Berdasarkan penjelasan di atas, maka *self control* merupakan suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku berarti melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Semakin tinggi kontrol diri semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku.³¹

2. Jenis dan Aspek *Self Control*

Block dan Block sebagaimana dikutip oleh Ghufron dan Suminta, menungkapkan terdapat tiga jenis kualitas *self control*, yaitu *over control*, *under control*, dan *appropriate control*.³²

- a. *Over control* ialah *self control* yang dilakukan oleh individu secara berlebihan dan dapat mengakibatkan individu banyak menahan diri dalam memberikan respons atau tanggapan terhadap stimulus atau rangsangan.
- b. *Under control* ialah suatu kecenderungan individu dalam melepaskan impulsivitas secara bebas tanpa melakukan pertimbangan yang matang.
- c. *Appropriate control* ialah kontrol individu dalam usaha mengendalikan impuls (dorongan) secara tepat.

³⁰ Purwanto, Jazuli Suryadhi dan Agus Herta Sumarto, *Etika Membangun Masyarakat Islam Modern Edisi 3*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2016), 11.

³¹ M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita Suminta, *Ibid.*, 25.

³² *Ibid.*, 31.

Averill sebagaimana dikutip Ghufron dan Suminta mengungkapkan bahwa *self control* terdiri dari tiga aspek, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decesional control*).³³

a. Kontrol perilaku (*Behavior control*)

Kontrol perilaku adalah ketersediaan suatu tanggapan (respons) yang memberikan pengaruh secara langsung atau melakukan perubahan pada suatu peristiwa yang tidak menyenangkan. Kontrol perilaku terdiri dari kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*), yaitu kemampuan individu untuk memutuskan siapa yang akan mengendalikan suatu kondisi, apakah diri sendiri, aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan diri, atau menggunakan sumber eksternal. Dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*), yaitu kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan menghadapi suatu stimulus atau rangsangan yang tidak diinginkan. Ada sejumlah cara yang bisa diterapkan dalam pengendalian perilaku, di antaranya mencegah atau menjauhi stimulus, meletakkan jangka waktu di antara rentetan stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.³⁴

³³ M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita Suminta, *Ibid.*, 29.

³⁴ *Ibid.*, 29-30.

b. Kontrol kognitif (*Cognitive control*)

Kontrol kognitif adalah kemampuan individu untuk mengatur informasi yang tidak diinginkan dengan menafsirkan, memberikan penilaian, atau mengintegrasikan sebuah peristiwa ke dalam kerangka kognitif sebagai bentuk adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Kontrol kognitif terdiri dari kemampuan memperoleh informasi (*information gain*), di mana dengan bantuan informasi yang dimiliki oleh individu tentang sebuah situasi yang tidak menyenangkan, ia dapat memperhitungkan situasi tersebut dengan beragam pertimbangan yang matang. Dan kemampuan melakukan penilaian (*appraisal*), artinya individu mencoba untuk melakukan penilaian dan penafsiran sebuah situasi secara subjektif dengan mengamati aspek-aspek positif.³⁵

c. Kontrol keputusan (*Decesional control*)

Kontrol keputusan adalah kemampuan individu dalam menentukan suatu hasil atau tindakan menurut apa yang mereka yakini atau setuju. *Self control* dalam membuat pilihan akan berjalan terlepas dari apakah individu memiliki pilihan, kebebasan, atau kemampuan untuk memilih di antara beragam kemungkinan tindakan.³⁶

³⁵ M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita Suminta, *Ibid.*, 30.

³⁶ *Ibid.*, 31.

Berdasarkan paparan di atas, maka untuk mengukur *self control* biasanya menggunakan aspek-aspek sebagai berikut.³⁷

- a. Kemampuan mengontrol perilaku
- b. Kemampuan mengontrol stimulus
- c. Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa/kejadian
- d. Kemampuan menafsirkan peristiwa/kejadian
- e. Kemampuan mengambil keputusan

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Control*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self control* terdiri dari faktor internal (dari diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu).³⁸

a. Faktor internal

Faktor internal yang turut serta dalam *self control* ialah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka akan semakin baik kemampuan pengendalian dirinya.

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal yang mempengaruhi *self control* salah satunya ialah lingkungan keluarga, khususnya orang tua. Nasichah sebagaimana dikutip oleh Ghufro dan Suminta mengungkapkan bahwa pandangan remaja terhadap penerapan sikap disiplin orang tua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengendalikan dirinya. Oleh karena itu, jika orang tua menerapkan sikap disiplin kepada anak sejak kecil dengan

³⁷ M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita Suminta, *Ibid.*, 31.

³⁸ *Ibid.*, 32.

mendalam, dan mereka konsisten dengan semua konsekuensi yang diperbuat anak jika ia melakukan pelanggaran terhadap peraturan-peraturan yang telah diputuskan, maka sikap konsisten ini akan diinternalisasi anak. Lalu di suatu hari nanti dapat menjadi kemampuan *self control* bagi dirinya.

4. *Self Control* dalam Perspektif Islam

Self control dalam Islam dikenal dengan *mujahaddah an-nafs*. *Mujahaddah an-nafs* secara bahasa terbentuk dari dua kata, yaitu *mujahaddah* yang memiliki arti bersungguh-sungguh, dan *an-nafs* yang artinya jiwa, nafsu atau diri. Jadi, *mujahaddah an-nafs* merupakan upaya yang dilakukan dengan sungguh-sungguh untuk mengendalikan diri atau menahan nafsu yang dapat menyebabkan pelanggaran terhadap hukum-hukum Allah Swt. *Mujahaddah an-nafs* memiliki lawan kata yaitu *ittiba'ul hawa* yang memiliki arti mengikuti hawa nafsu.³⁹

Setiap Muslim harus mampu mengendalikan hawa nafsu yang dapat memberikan pengaruh baik dan tidak baik dalam kehidupan. *Self control* dapat membuat individu mampu menahan hawa nafsu yang negatif dan mengarahkannya menjadi lebih positif. Mengendalikan diri dari hawa nafsu sangat diwajibkan bagi setiap Muslim, sehingga harus diterapkan dalam perilaku, sikap dan penampilan. Sebagaimana firman Allah Swt. dalam QS. an-Naziat ayat 40-41.

³⁹ Ahmad Taufik dan Nurwastuti Setyowati, *Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti untuk SMA/SMK Kelas X*, (Jakarta: Kemendikbud-Ristek, 2021), 217.

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ (40) فَإِنَّ
الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ (41)

Terjemahan: “Dan adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari keinginan hawa nafsunya, maka sesungguhnya surgalah tempat tinggal(nya).” (QS. an-Naziat [79]: 40-41)⁴⁰

Pada awalnya kata (مقام) maqam memiliki arti “tempat berdiri,” lalu diartikan lagi sebagai “keadaan yang sedang dialami.” Jika dipahami dalam arti ini lalu keadaan itu berhubungan dengan siapa yang memiliki rasa takut maka ayat ini seperti mengungkapkan bahwa barang siapa yang takut dengan keadaannya saat menghadapi perhitungan Tuhan di hari Kemudian, maka rasa takut itulah yang membuatnya taat kepada-Nya dan dapat menjadikan surga sebagai tempat ia tinggal. Namun, jika memahami “keadaan yang sedang dialami” ini berhubungan dengan Allah Swt., maka di sini artinya keagungan Allah Swt. Makna keagungan Allah dapat diperlebar sampai mencakup seluruh bagian dari anugerah dan murka-Nya. Mengingat anugerah dari-Nya dapat membuat individu yakin dan melakukan pendekatan diri kepada-Nya, sedangkan mengingat murka-Nya dapat membuat individu memiliki rasa takut sehingga dapat berusaha menjauhi segala larangan-Nya.⁴¹

Rasa takut yang disinggung bukan berarti takut kepada siksa Allah. Ibadah yang dikerjakan dengan rasa takut tidak dapat mencapai puncak pengabdian. Ibadah seperti itu merupakan ibadah hamba sahaya, di mana

⁴⁰ Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur’an, *Al-Qur’an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Kementerian Agama RI, 1971), 1022.

⁴¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Kerahasiaan Al-Qur’an*, Vol. 15 Juz ‘Amma, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 48.

ibadah dilakukan tidak setulus hati kepada Allah. Dan ibadah yang dikerjakan dengan harapan mendapatkan balasan dari Allah, ibadah seperti ini merupakan ibadah para pedagang, di mana para pedagang baru mau melakukan sesuatu jika kegiatan itu dapat memberikan keuntungan. Rasa takut yang disinggung adalah ketaatan kepada Allah, karena Allah merupakan Tuhan yang mengarahkan, memberikan berbagai rahmat, serta memiliki sifat-sifat Yang Maha Terpuji.⁴²

Hawa nafsu merupakan hal yang berlawanan dalam agama yang disebutkan dalam al-Qur'an sebagai suatu hal yang selalu menyuruh dalam perkara-perkara yang tidak baik dan dapat mendorong manusia menuju kebinasaan, kecuali manusia yang dipelihara oleh Allah (QS. Yusuf [12]: 53). Saat manusia menahan diri dari keinginan nafsu miliknya, maka usahanya tersebut merupakan pencegah serta obat untuk penyakit yang disebabkan oleh nafsunya. Nafsu itu seperti anak kecil, jika dibiarkan maka ia akan terus menyusui kepada ibunya, namun jika disapih ia akan terbiasa dan berhenti dengan sendirinya.⁴³

Sayyid Quthub memberikan pendapat pada potongan firman Allah: (وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى) yang artinya “menghalangi nafsu dari keinginan(nya).” Ia berpendapat bahwa Allah tidak memerintahkan manusia untuk berselisih dengan hawa nafsu miliknya, Dia mengetahui bahwa itu ada di luar kemampuan manusia. Allah memerintahkan manusia untuk menghalangi nafsunya dengan menjinakkan dan

⁴² M. Quraish Shihab, *Ibid.*, 48-49.

⁴³ *Ibid.*, 49.

mengendalikannya. Dalam menjalankan perintah tersebut, manusia harus mengarahkan rasa takutnya hanya kepada kebesaran milik Allah. Allah yang memberikan manusia hawa nafsu, Dia juga yang memberikan kemampuan mengendalikannya. Allah sama sekali tidak memerintahkan manusia agar menghilangkan atau mematikan hawa nafsu miliknya, karena itu sangat diperlukan oleh manusia. Seperti nafsu amarah yang diperlukan untuk mencegah sebuah penganiayaan dan bukan untuk menganiaya. Nafsu makan dan minum yang diperlukan untuk merawat raganya, bukan untuk makan dan minum berlebihan. Nafsu birahi untuk memelihara keturunannya, bukan untuk memuaskan hawa nafsu tanpa batas. Maka dari itu, penerapan hawa nafsu pada situasi dan kondisi yang tepat adalah salah satu upaya dalam beribadah kepada Allah Swt.⁴⁴

Dari paparan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa manusia harus memiliki kecakapan untuk mengendalikan diri dari godaan hawa nafsu yang dapat membuat manusia lalai dan lupa dengan Allah Swt. Manusia harus memiliki rasa takut pada kebesaran-Nya agar mereka tidak terjatuh ke dalam perkara yang bersifat negatif yang dapat menyebabkan kemaksiatan. Al-Qur'an memerintahkan seluruh umat manusia agar selalu mengendalikan perilaku, pikiran dan keputusan miliknya dari godaan hawa nafsu agar mereka tidak menjadi budak hawa nafsu.

⁴⁴ M. Quraish Shihab, *Ibid.*, 49.

C. Hedonisme

1. Pengertian Hedonisme

Hedonisme merupakan salah satu aliran dalam paham filsafat berasal dari Yunani yang memiliki tujuan untuk menjauhi kemalangan atau penderitaan dan menikmati kesenangan/kenikmatan di kehidupan dunia ini dengan sebanyak-banyaknya. Dahulu hedonisme memiliki makna yang positif, namun dalam perkembangannya individu yang menganut paham ini mencari kesenangan/kenikmatan berjangka panjang tanpa diikuti penderitaan. Dahulu mereka melakukan beragam aktivitas asketis untuk mendapatkan kebahagiaan sejati. Mereka melakukan puasa, hidup dengan miskin, bahkan ada yang menjadi pertapa.⁴⁵

Tetapi ketika seluruh Eropa dan Afrika dikuasai oleh Kekaisaran Romawi, hedonisme berubah makna menjadi negatif dalam semboyan barunya. Semboyan baru tersebut adalah *carpe diem* yang artinya “*raihlah kesenangan/kenikmatan sebanyak mungkin saat kamu masih hidup.*” Kebahagiaan dipahami tanpa makna yang mendalam dan hanya dijadikan sebagai kesenangan/kenikmatan belaka. Pemahaman positif menghilang dan pemahaman negatif mulai melekat pada hedonisme.⁴⁶

Kesenangan/kenikmatan memiliki pengertian yang berlainan dengan kebahagiaan. Kesenangan sifatnya lebih duniawi daripada rohani, dan sekadar mencari perkara-perkara yang sifatnya sementara saja. Tidak perlu memikirkan masa yang akan datang atau masa lalu karena momen

⁴⁵ Yunisca Nurmalisa, *Pendidikan Generasi Muda*, (Yogyakarta: Media Akademi, 2017), 67-68.

⁴⁶ *Ibid.*, 68.

yang paling penting dan berarti adalah saat ini. Hidup hanya satu kali, maka penuhi dengan kesenangan/kenikmatan tanpa memiliki pikiran akibat jangka panjang yang dapat menjadi konsekuensi nantinya. Jika baik buruknya hidup terlalu dipikirkan secara berlebihan, maka hal itu akan percuma sebab kesenangan/kenikmatan yang muncul di depan mata akan pergi begitu saja. Seperti itulah hedonisme yang bersifat negatif sekarang ini, di mana tampaknya sangat sesuai dengan gaya hidup pada masyarakat modern, di mana individualitas dan hawa nafsu untuk mencari kesenangan/kenikmatan sangat diutamakan dalam kehidupan.⁴⁷

Adapun Burhanuddin sebagaimana dikutip Yunisca Nurmalisa berpendapat bahwa hedonisme dapat berarti sesuatu akan dinilai baik selaras dengan kesenangan/kenikmatan yang dihadapkannya. Jadi suatu hal sekadar menghadirkan kesulitan, kesengsaraan dan tidak memberikan kesenangan maka akan dinilai tidak baik. Kesenangan/kenikmatan akan dijadikan tujuan utama hidup bagi para penganut hedonisme.⁴⁸

Hedonisme merupakan pandangan hidup di mana kesenangan/kenikmatan dijadikan sebagai tujuan utama hidup. Individu yang menganut paham ini menjadikan bersenang-senang, berfoya-foya, dan pelesiran sebagai tujuan utama hidup. Karena mereka berpendapat bahwa hidup di dunia hanya satu kali, sehingga mereka ingin menikmati hidup

⁴⁷ Yunisca Nurmalisa, *Ibid.*, 68.

⁴⁸ *Ibid.*, 69.

senikmat-nikmatnya. Dalam upaya memenuhi hawa nafsu yang tidak memiliki batasan, mereka menjalani hidup dengan sebebas-bebasnya.⁴⁹

2. Karakteristik dan Jenis Hedonisme

Karakteristik hedonisme adalah kebendaan dengan ukuran fisik harta, atau apapun yang terlihat, serta yang dapat dinilai dengan uang. Jadi individu yang sudah senang karena banyaknya harta benda yang ia miliki dapat diartikan dengan individu yang bahagia. Jadi artinya, Bahagia = Kesenangan. Hedonisme memiliki dua karakteristik, yaitu hedonisme egoistis dan hedonisme universal.⁵⁰

a. Hedonisme Egoistis

Kesenangan di sini merupakan kesenangan/kenikmatan dalam waktu yang lama dan intens dengan tujuan untuk mendapatkan kesenangan yang maksimal. Misalnya, memakan hidangan yang lezat dengan jumlah yang banyak dan beragam jenisnya, serta waktu yang cukup lama untuk menikmatinya.

b. Hedonisme Universal

Kesenangan di sini merupakan kesenangan yang maksimal untuk semua orang. Misalnya di pesta dansa semua orang harus berdansa semalaman dan seorangpun tidak boleh ada yang tidak ikut, atau kesenangan/kenikmatan lain yang dapat dinikmati semua orang secara bersama-sama.

⁴⁹ Yunisca Nurmalisa, *Ibid.*, 69.

⁵⁰ *Ibid.*, 70.

Selanjutnya kesenangan/kenikmatan dapat dibagi dalam dua jenis, yaitu kesenangan fisik dan kesenangan psikis.⁵¹

a. Kesenangan Fisik

Yang utama di sini adalah kesenangan yang dapat dinikmati oleh tubuh yang bersumber dari makanan dan minuman dan menerima kesenangan itu dari tenggorokan sampai ke perut. Jika asal kesenangan dari hubungan badan (*coitus*), maka penerimanya ialah alat kelamin, seluruh badan jasmani, di mana hasilnya diukur dengan ungkapan nikmat, enak, sedap dan lainnya. Jika asalnya dari hasil pekerjaan yang menggunakan tangan atau tenaga, maka hasilnya diukur dengan ungkapan memuaskan, selesai, upah yang sesuai dan lainnya.

b. Kesenangan Psikis

Jika asal kesenangan dari karya seni, seperti puisi, lukisan, patung, atau musik merdu, maka hasilnya diukur oleh perasaan dan emosi dengan ungkapan menarik, indah, memuaskan dan lainnya. Jika asalnya dari hasil pikiran, maka yang menerimanya ialah otak dan pikiran dan diukur dengan ungkapan ilmiah, pola pikir yang intens, kecerdasan yang tinggi dan lainnya. Jika asalnya dari kepercayaan, maka yang menerimanya ialah jiwa, rohani, hati, dan diukur dengan ungkapan menenteramkan jiwa, meningkatkan keimanan, ketakwaan dan lainnya.

⁵¹ Yunisca Nurmalisa, *Ibid.*, 71-72.

3. Aspek-aspek Hedonisme

Wells dan Tigert sebagaimana dikutip Nadzir dan Ingarianti menyatakan bahwa aspek-aspek hedonisme ada tiga, yaitu:⁵²

a. Aktivitas

Aktivitas merupakan cara individu dalam menggunakan waktu miliknya yang ditampilkan dalam tindakan yang nyata, seperti menghabiskan lebih banyak waktu bermain di luar rumah, bersenang-senang, pergi ke mall atau kafe, senang membeli barang-barang mahal yang belum tentu dibutuhkan (konsumtif), dan suka dengan segala sesuatu yang praktis dan instan. Sebanyak apapun uang yang orang tua berikan pasti akan dihabiskan hanya untuk memuaskan hawa nafsu.

b. Minat

Minat merupakan suatu ketertarikan dari dalam diri terhadap lingkungan atau suatu hal, sehingga timbul perasaan senang ketika memperhatikannya. Minat bisa timbul pada suatu objek, kejadian, atau topik pembahasan yang berkaitan dengan kesenangan/kenikmatan hidup. Contohnya yang berkaitan dengan *fashion*, makanan, barang-barang bermerek terkenal, sesuatu yang di luar kebutuhan, tempat-tempat untuk berkumpul, senang berada di kota yang ramai, dan selalu berkeinginan untuk menjadi pusat perhatian orang-orang di sekitarnya.

⁵² Misbahun Nadzir dan Tri Muji Ingarianti, "Psychological Meaning of Money dengan Gaya Hidup Hedonis Remaja di Kota Malang," *Makalah*, dipresentasikan dalam Seminar Psikologi dan Kemanusiaan Psychology Forum UMM pada tahun 2015, 586.

c. Opini

Opini merupakan pendapat atau tanggapan individu dengan bentuk lisan maupun tulisan guna menanggapi suatu keadaan ketika timbul desas-desus sosial tentang individu tersebut, serta hal lainnya yang berhubungan dengan kesenangan/kenikmatan hidup. Apabila individu cenderung menyukai kegiatan kesenangan, maka jiwa usaha yang ia tampilkan akan sangat kecil, maunya semua hal berjalan enak serta mudah. Dan apabila individu bertemu suatu hal yang ia anggap sulit dikerjakan, maka ia akan meninggalkannya begitu saja tanpa dikerjakan.

Sependapat dengan Wells dan Tigert, menurut Peter dan Olson dalam Bahtiar dan Akhmad mengemukakan bahwa gaya hidup diukur dengan cara memberikan pertanyaan pada konsumen tentang aktivitas (kerja, hobi, liburan), minat (keluarga, pekerjaan, komunitas), dan pendapat (tentang isu sosial, politik, bisnis). AIO (*activity, interest, and opinion*) merupakan metode utama dalam meneliti gaya hidup individu yang dapat menggambarkan gaya hidupnya.⁵³

Berdasarkan pemaparan dari beberapa tokoh di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa aspek-aspek hedonisme dalam penelitian ini terdiri atas tiga aspek, yaitu aktivitas, minat dan opini.⁵⁴

⁵³ Ilham Prambudi Bahtiar dan Akhmad Fajar Prasetya, *Hedonism*, (Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan, 2021), 11.

⁵⁴ *Ibid.*, 11-12.

a. Aspek Aktivitas

Indikator yang terdapat di dalam aspek aktivitas di antaranya yaitu mengejar modernitas fisik, dan menghabiskan banyak uang berapapun yang dimiliki (konsumtif).⁵⁵

b. Aspek Minat

Indikator yang terdapat di dalam aspek minat di antaranya yaitu memenuhi banyak keinginan spontan, melakukan rasionalisasi atau pembenaran dalam memenuhi kesenangan, dan menginginkan kehidupan yang serba enak dan mudah.⁵⁶

c. Aspek Opini

Indikator yang terdapat di dalam aspek opini di antaranya yaitu memiliki anggapan bahwa dunia adalah segalanya, dan memandang hidup sebagai sesuatu instan.⁵⁷

4. Faktor-faktor Penyebab Terjadinya Hedonisme

Kotler dalam Nadzir dan Ingarianti mengemukakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup individu terdiri atas dua faktor, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu (internal) dan faktor yang berasal dari luar (eksternal).⁵⁸

a. Faktor Internal

- 1) Sikap. Sikap adalah suatu keadaan jiwa dan pikiran yang ditawarkan oleh pengalaman sebagai respons terhadap suatu

⁵⁵ Ilham Prambudi Bahtiar dan Akhmad Fajar Prasetya, *Ibid.*, 11.

⁵⁶ *Ibid.*, 12.

⁵⁷ *Ibid.*

⁵⁸ Misbahun Nadzir dan Tri Muji Ingarianti, *Ibid.*, 586-587.

objek disorganisasi yang secara langsung dapat memberikan pengaruh pada perilaku. Kondisi jiwa dipengaruhi oleh kebiasaan, adat istiadat, budaya dan lingkungan sosial.

- 2) Pengalaman dan Pengamatan. Pengalaman dapat memberikan pengaruh pada pengamatan sosial dalam berperilaku, pengalaman diperoleh dari tindakan individu di masa lalu dan dapat dijadikan pembelajaran. Dengan pembelajaran, individu akan mendapatkan pengalaman sosial yang akan melahirkan pandangan mengenai sebuah objek.
- 3) Kepribadian. Kepribadian adalah susunan karakter dan perilaku individu yang akan menjadi pembeda perilaku individu satu dengan yang lainnya.
- 4) Konsep Diri. Konsep diri merupakan suatu sikap atau pandangan yang digunakan guna memberikan gambaran tentang ikatan antara konsep diri konsumen dengan citra merek. Cara individu memandang diri sendiri dapat memberikan pengaruh minat pada sebuah objek. Konsep diri akan memilih perilaku individu ketika dihadapkan pada problem hidup, karena konsep diri adalah kerangka acuan dari mana perilaku itu berasal.
- 5) Motif. Perilaku individu didorong oleh kebutuhan akan rasa aman dan pengakuan (prestise). Apabila motif individu dalam

pengakuan (prestise) tinggi, maka terbentuklah gaya hidup yang dapat menuju ke arah hedonisme.

- 6) Persepsi. Persepsi merupakan proses di mana individu memilih, mengatur, dan menafsirkan informasi yang diperolehnya dengan tujuan untuk membuat bayangan yang bermakna mengenai kehidupan di dunia.

b. Faktor Eksternal

- 1) Kelompok Referensi. Kelompok referensi dapat memberikan pengaruh secara langsung maupun tidak langsung terhadap sikap dan perilaku individu. Kelompok yang memberikan pengaruh langsung merupakan kelompok yang di mana individu adalah anggota dan berhubungan satu sama lain, sedangkan kelompok yang memberikan pengaruh tidak langsung merupakan kelompok yang tidak dimasuki individu sehingga ia bukan anggota kelompok tersebut. Pengaruh dari kelompok referensi dapat mendorong beberapa perilaku dan gaya hidup pada individu.
- 2) Keluarga. Keluarga memegang peranan terluas dan terpanjang dalam membangun sikap dan perilaku individu. Karena pola asuh dari orang tua dapat membangun suatu kebiasaan pada anak. Kebiasaan-kebiasaan tersebut dapat memberikan pengaruh secara tidak langsung pada gaya hidup mereka.

- 3) Kelas Sosial. Kelas sosial merupakan suatu kelompok masyarakat yang relatif homogen dan bertahan lama, yang terorganisir dalam tatanan hierarki yang anggotanya mempunyai minat dan perilaku yang serupa di setiap tingkatan. Terdapat dua unsur utama dalam pembagian kelas sosial, yaitu status dan peran. Status sosial merupakan kedudukan individu dalam lingkungan sosial, prestise hak dan kewajibannya. Status sosial diperoleh individu dengan sengaja atau karena kelahiran. Peran adalah sisi yang dinamis dari status sosial. Ketika individu melakukan pemenuhan hak dan kewajiban sesuai dengan statusnya, maka ia telah memenuhi perannya.
- 4) Kebudayaan. Kebudayaan mencakup ilmu pengetahuan, kepercayaan, seni, moral, hukum, tata krama, dan adat istiadat yang didapatkan individu sebagai anggota masyarakat.

5. Hedonisme dalam Perspektif Islam

Agama Islam mencegah manusia dari perilaku bermegah-megahan. Al-Qur'an sudah memberikan peringatan kepada manusia supaya selalu hati-hati dengan kebiasaan bermegah-megahan karena ancaman siksaan yang amat pedih. Sebagaimana dalam firman Allah pada QS. at-Takatsur.

أَلْهَيْكُمْ التَّكَاثُرُ (1) حَتَّى زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ (2) كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ
 (3) ثُمَّ كَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُونَ (4) كَلَّا لَوْ تَعْلَمُونَ عِلْمَ الْيَقِينِ (5)
 لَتَرَوُنَّ الْجَحِيمَ (6) ثُمَّ لَتَرَوُنَّهَا عَيْنَ الْيَقِينِ (7) ثُمَّ لَتُسْأَلُنَّ
 يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِيمِ (8)

Terjemahan: “*Bermegah-megahan telah melalaikan kamu, sampai kamu masuk ke dalam kubur. Janganlah begitu, kelak kamu akan mengetahui (akibat perbuatanmu itu), dan janganlah begitu, kelak kamu akan mengetahui. Janganlah begitu, jika kamu mengetahui dengan pengetahuan yang yakin, niscaya kamu benar-benar akan melihat neraka Jahiim, dan sesungguhnya kamu benar-benar melihatnya dengan ‘ainul yaqin, kemudian kamu pasti akan ditanyai pada hari itu tentang kenikmatan (yang kamu megah-megahkan di dunia itu).*” (QS. at-Takatsur [102]: 1-8)⁵⁹

M. Quraish Shihab menjelaskan bahwa QS. at-Takatsur merupakan surah yang berisi kecaman terhadap manusia yang dilalaikan oleh hiasan gemerlap duniawi dan rasa bangga yang berlebihan terhadap hal-hal yang fana. Surah ini juga sekaligus memberikan peringatan mengenai akhir kehidupan setiap manusia. Beliau menafsirkan at-Takatsur sebagai pertandingan antara dua pihak atau lebih dalam mengumpulkan dan memiliki sebanyak mungkin hiasan serta gemerlapan duniawi tanpa menghiraukan norma-norma dan nilai-nilai agama.⁶⁰

Al-Qur’an dan hadis telah menurunkan beragam petunjuk secara mendalam supaya perilaku manusia terkendali dan dapat menghindari perilaku berlebihan seperti hedonisme. Sebagaimana nasihat Malaikat Jibril As. saat mendatangi Rasulullah Saw. Hadist ini memberikan peringatan tentang kesudahan setelah melakukan suatu perbuatan. Karena setiap perbuatan seorang hamba pasti mendapatkan balasan, apabila hal baik maka akan dibalas dengan kebaikan, namun apabila hal buruk maka pasti akan dibalas dengan keburukan, termasuk dalam hal hedonisme

⁵⁹ Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur’an, *Al-Qur’an dan Terjemahnya*, (Jakarta: Kementerian Agama RI, 1971), 1096.

⁶⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Kerahasiaan Al-Qur’an*, Vol. 15 Juz ‘Amma, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 485-487.

أَتَانِي جِبْرِيْلُ عَلَيْهِ السَّلَامُ، فَقَالَ: يَا مُحَمَّدُ عِشْ مَا شِئْتَ فَإِنَّكَ
مَيِّتٌ، وَأَحِبِّ مَنْ شِئْتَ فَإِنَّكَ مَفَارِقُهُ، وَاعْمَلْ مَا شِئْتَ فَإِنَّكَ
مَجْزِيٌّ بِهِ

“Jibril mendatangiku lalu berkata: “Wahai Muhammad! Hiduplah sesukamu, karena sesungguhnya kamu akan mati, cintailah siapa yang kamu suka, karena sesungguhnya engkau akan berpisah dengannya dan berbuatlah sesukamu, karena sesungguhnya engkau akan diberi balasan karenanya.” (Silsilah ash-Shahihah, no. 831)⁶¹

Setiap manusia harus mengingat dan menyadari bahwa mereka akan mati. Mati bukan sebuah perjalanan terakhir bagi manusia, mereka masih akan menghadapi pengadilan Allah di akhirat kelak. Maka dari itu, hendaknya manusia menjalankan hidupnya di dunia dengan sebaik-baiknya dan mengumpulkan bekal untuk di akhirat, bukan menyia-nyiaikan waktu dengan kesenangan/kenikmatan yang palsu demi mengikuti hawa nafsu. Allah Swt. menciptakan manusia dengan tujuan untuk beribadah kepada-Nya, maka sudah seharusnya manusia mengisi kehidupannya dengan beribadah hanya kepada Allah Swt.

Agama Islam menolak tegas hedonisme dengan melarang perilaku boros dan juga kikir. Sebab kedua perilaku ini sangat berlawanan dengan konsep kesederhanaan dalam Islam. Larangan berperilaku boros diperlihatkan dalam al-Qur’an pada surah-surah sebagai berikut: al-A’raf [7]: 31, al-Isra’ [17]: 26-27, 29, dan al-Furqan [25]: 67. Sedangkan larangan berperilaku kikir diperlihatkan dalam al-Qur’an pada surah Ali Imran [3]: 180, an-Nisaa [4]: 37, at-Taubah [9]: 34-35, al-Lail [92]: 8-11,

⁶¹ Syekh Nawawi Al-Bantani, *Nasha’ihul ‘Ibad: Nasihat untuk Para Hamba*, terj. Tim Penerjemah Agus Arifin Institute, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2018), 52.

dan al-Humazah [104]: 1-3. Manusia yang berperilaku boros merupakan saudara setan dan mereka sangat ingkar kepada Allah Swt. Dia tidak menginginkan manusia menggunakan harta mereka dengan berlebihan dan di luar batas yang wajar. Dalam menggunakan harta tidak boleh berlebihan dan kikir, harus di antara keduanya.⁶²

D. Mahasiswa Perantau

Mahasiswa merupakan individu yang belajar di perguruan tinggi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Mahasiswa strata satu (S-1) umumnya berusia antara 18-25 tahun yang dalam kategori psikologi berada pada tahap perkembangan peralihan antara masa remaja akhir dan memasuki dewasa awal.⁶³ Mahasiswa merupakan panggilan bagi individu yang sedang menempuh pendidikan di sebuah perguruan tinggi, seperti sekolah tinggi, institut, dan universitas.⁶⁴ Merantau dalam KBBI memiliki arti pergi ke pantai (pesisir); pergi ke negeri lain (untuk mencari penghidupan, ilmu, dan sebagainya); pergi mencari penghidupan ke tempat yang tidak berapa jauh. Diambil dari pengertian merantau yang terakhir maka dapat disimpulkan merantau tidak selalu harus pergi jauh ke luar provinsi atau negeri. Ketika seseorang pergi menuju luar kota dari kampung halaman, maka sudah bisa

⁶² Tira Nur Fitria dan In Emy Prastiwi, "Budaya Hedonisme dan Konsumtif dalam Berbelanja Online Ditinjau dari Perspektif Ekonomi Syariah," *JIEI: Jurnal Ilmiah Ekonomi Islam* No. 3/2020, 734.

⁶³ Andi Thahir, *Psikologi Perkembangan*, (Lampung: Aura Publishing, 2018), 156.

⁶⁴ Avuan Muhammad Rizki, *7 Jalan Mahasiswa*, (Sukabumi: Jejak, 2018), 14.

disebut merantau.⁶⁵ Jadi, mahasiswa perantau merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di sebuah perguruan tinggi, institut atau universitas di luar daerah asalnya.

Ada beberapa penyebab mengapa seseorang memutuskan untuk merantau, salah satu di antaranya adalah faktor pendidikan. Faktor pendidikan tersebut adalah keinginan dalam melanjutkan studi, mendapatkan ilmu pengetahuan, mencari pengalaman dan keterampilan, atau kurangnya fasilitas pendidikan di daerah asal. Mahasiswa perantau harus bisa menjadi pribadi yang mandiri. Jarak yang memisahkan mahasiswa dengan orang tua membuat orang tua tidak dapat memberikan pengawasan secara langsung kepada anak mereka. Orang tua juga tidak bisa mengurus setiap kebutuhan anak seperti ketika masih tinggal bersama.

Oleh karena itu, mahasiswa perantau harus memiliki kemampuan untuk mengatur hidup selama di tempat merantau. Misalnya dalam hal akademik, mereka harus mampu mengatur waktu belajar dan jadwal mengerjakan tugas dengan melakukan pertimbangan yang matang terhadap *deadline* dan tugas lainnya, serta mengatur kegiatan selain kuliah sehingga tidak menghalangi jadwal kuliah, waktu belajar dan istirahat. Mereka harus memiliki kemampuan untuk menentukan prioritas dalam hidup, baik prioritas jangka panjang maupun prioritas jangka pendek.

⁶⁵ Hana Hanifah, Robi Afrizan Saputra dan Ghina Siti Ramadhanty, *Rendang, Merantau & Minangkabau: Relevansi Masakan Rendang dengan Filosofi Merantau Orang Minangkabau*, (Bandung: Bitread Publishing, 2017), 20.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Sifat Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif lapangan (*field research*) dengan melakukan pengamatan secara langsung ke lapangan untuk menggali informasi secara jelas dan akurat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu suatu pendekatan penelitian yang digunakan untuk meneliti tentang keadaan objek yang alamiah (sebagai lawan dari eksperimen), di mana peneliti sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian lebih menekankan makna daripada generalisasi.⁶⁶

Dilihat dari sifatnya, penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif yaitu mendeskripsikan “makna data” atau fenomena yang dapat ditangkap oleh peneliti dengan menunjukkan bukti-buktinya. Pemberian makna pada fenomena tersebut sangat bergantung pada kecakapan dan ketajaman peneliti dalam menganalisisnya.⁶⁷ Data yang telah dikumpulkan lalu dianalisis dan kemudian dideskripsikan sehingga mudah untuk dipahami oleh orang lain. Peneliti berupaya menggambarkan secara sistematis, aktual dan akurat terhadap gejala-gejala keadaan objek tertentu sehingga dapat membantu peneliti dalam mengetahui investigasi terhadap *self control* dan hedonisme mahasiswa perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung.

⁶⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, cet. ke-22, (Bandung: Alfabeta, 2015), 9.

⁶⁷ Zuchri Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Makassar: Syakir Media Press, 2021), 31.

B. Sumber Data

Sumber data yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari dua macam, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder.⁶⁸

1. Data Primer

Data primer adalah data yang langsung diberikan kepada pengumpul data.⁶⁹ Pengambilan data dalam penelitian ini memakai teknik *purposive sampling* yang di mana sumber data ditentukan dengan pertimbangan-pertimbangan tertentu yang diharapkan dapat memudahkan peneliti dalam melakukan investigasi objek atau keadaan sosial yang sedang diteliti.⁷⁰ Berikut ini merupakan pertimbangan-pertimbangan yang digunakan oleh peneliti.

- a. Mahasiswa akhir Program Studi BPI IAIN Metro.
- b. Mahasiswa perantau yang tinggal di kosan/kontrakan.
- c. Usia antara 18-25 tahun.
- d. Bersedia mengikuti penelitian.

Setelah peneliti melakukan prasurvey pada Desember 2022, ditemukan bahwa jumlah mahasiswa Program Studi BPI angkatan 2019 yaitu tiga puluh orang. Selanjutnya setelah diterapkan pertimbangan-pertimbangan yang telah disebutkan di atas maka ditemukan sembilan belas mahasiswa yang merupakan seorang perantau. Dari sembilan belas mahasiswa perantau tersebut, lima belas orang mahasiswa tidak memenuhi pertimbangan-pertimbangan dikarenakan sudah lulus,

⁶⁸ Zuchri Abdussamad, *Ibid.*, 142.

⁶⁹ *Ibid.*

⁷⁰ *Ibid.*, 137.

tinggal di pondok pesantren atau tinggal bersama sanak saudara, serta tidak bersedia menjadi informan penelitian. Selanjutnya, terdapat empat orang mahasiswa perantau yang sesuai dengan pertimbangan-pertimbangan, yaitu DI, IF, WI dan HA yang menjadi data primer dalam penelitian ini.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang tidak langsung diberikan kepada pengumpul data, misal melalui orang lain atau melalui dokumen.⁷¹ Sumber data sekunder pada penelitian ini berupa referensi yang sesuai dengan topik masalah yang diangkat dalam bentuk buku cetak maupun elektronik, jurnal, dan sumber lainnya yang berkaitan dengan investigasi terhadap *self control* dan hedonisme mahasiswa perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung.

C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini terdiri dari tiga teknik, di antaranya yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi.⁷²

1. Observasi

Observasi merupakan pengamatan terhadap fenomena-fenomena yang diteliti dengan menggunakan pencatatan yang sistematis. Observasi bisa dilakukan secara partisipatif maupun nonpartisipatif. Observasi partisipatif (*participatory observation*) merupakan observasi

⁷¹ Zuchri Abdussamad, *Ibid.*, 142.

⁷² Hardani et al., *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 2020), 122.

di mana peneliti turut andil dalam aktivitas yang tengah terjadi. Sedangkan observasi nonpartisipatif (*nonparticipatory observation*) merupakan observasi di mana peneliti tidak turut andil dalam aktivitas, ia hanya mengamati aktivitas.⁷³ Observasi dalam penelitian ini menggunakan observasi nonpartisipatif karena peneliti hanya mengamati bagaimana investigasi terhadap *self control* dan hedonisme mahasiswa perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung. Peneliti melakukan pengamatan terhadap kegiatan sehari-hari dan media sosial mahasiswa perantau yang menjadi informan penelitian.

2. Wawancara

Wawancara merupakan aktivitas tanya dan jawab melalui lisan di antara dua orang atau lebih secara langsung dengan tujuan tertentu. Pihak yang mengajukan pertanyaan disebut pewawancara (*interviewer*) dan yang memberikan jawaban disebut narasumber (*interviewee*).⁷⁴ Jenis wawancara ada tiga, yaitu wawancara terstruktur, wawancara tak terstruktur dan wawancara semi terstruktur. Wawancara terstruktur ialah teknik yang digunakan jika peneliti sudah mengetahui secara pasti mengenai informasi yang akan diperoleh. Sedangkan wawancara tak terstruktur merupakan wawancara yang bebas di mana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang sistematis dalam melakukan pengumpulan data.⁷⁵

⁷³ Hardani et al., *Ibid.*, 123-125.

⁷⁴ *Ibid.*, 137-138.

⁷⁵ Zuchri Abdussamad, *Ibid.*, 146.

Jenis wawancara yang akan digunakan peneliti pada penelitian ini adalah jenis wawancara semi terstruktur, yaitu melakukan wawancara sesuai dengan instrumen-instrumen yang telah disiapkan seperti pertanyaan-pertanyaan tertulis, tetapi dengan pelaksanaan yang lebih santai.⁷⁶ Peneliti melakukan wawancara dengan mahasiswa perantau Program Studi BPI yang menjadi informan dalam penelitian, yaitu DI, IF, WI, dan HA untuk mengetahui investigasi terhadap *self control* dan hedonisme mahasiswa perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan pengumpulan data yang didapatkan dari dokumen-dokumen dengan bentuk seperti tulisan, foto, gambar, atau karya-karya monumental seseorang.⁷⁷ Dokumentasi dalam penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan data seperti catatan harian, foto kegiatan, media sosial, arsip, dan data lainnya yang berkaitan dengan investigasi terhadap *self control* dan hedonisme mahasiswa perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung. Peneliti melakukan pengamatan terhadap kegiatan sehari-hari dan media sosial mahasiswa perantau yang menjadi informan penelitian untuk mendapatkan bukti, informasi atau data dengan mendokumentasikan tulisan pribadi dan foto kegiatan sehari-hari informan penelitian.

⁷⁶ Zuchri Abdussamad, *Ibid.*, 146.

⁷⁷ Hardani et al., *Ibid.*, 149-150.

D. Teknik Penjamin Keabsahan Data

Teknik penjamin keabsahan data yang digunakan peneliti pada penelitian ini adalah triangulasi (*triangulation*) yang artinya melihat suatu hal dari berbagai sudut di mana verifikasi dari penemuan dilakukan dengan menggunakan berbagai sumber data dan berbagai teknik pengumpulan data.⁷⁸ Jika peneliti melakukan pengumpulan data dengan triangulasi, maka sesungguhnya peneliti sedang mengumpulkan data sekaligus menguji kredibilitas data dengan menggunakan berbagai sumber data dan berbagai teknik pengumpulan data.⁷⁹

Penelitian ini menggunakan jenis triangulasi teknik dan triangulasi sumber. Triangulasi teknik berarti peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama. Misalnya saat peneliti menggunakan wawancara semi terstruktur, observasi nonpartisipatif, dan dokumentasi secara bersamaan pada sumber data yang sama. Kemudian triangulasi sumber yang berarti mendapatkan data dari sumber yang berbeda-beda dengan menggunakan teknik pengumpulan data yang sama.⁸⁰ Misalnya melakukan wawancara, observasi, dan dokumentasi pada beberapa sumber data yang berbeda-beda. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan data yang lebih beragam dengan melihat tulisan pribadi, foto atau gambar mahasiswa perantau yang menjadi informan penelitian di kegiatan sehari-hari dan media sosial mereka.

⁷⁸ Hardani et al., *Ibid.*, 203.

⁷⁹ *Ibid.*, 154.

⁸⁰ *Ibid.*, 155.

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan proses pencarian dan penyusunan data secara sistematis, di mana data didapatkan dari wawancara, observasi, dan dokumentasi, dengan menyusun data ke dalam kategori, menguraikan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, menentukan mana yang penting dan akan dipelajari, serta membuat kesimpulan sehingga dapat dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.⁸¹

Analisis data kualitatif memiliki sifat induktif, yaitu suatu analisis berdasarkan data yang didapatkan dan lalu dikembangkan menjadi hipotesis. Dari hipotesis yang dirumuskan melalui data tersebut, lalu dicarikan data lainnya secara berulang-ulang sehingga dapat disimpulkan berdasarkan data yang terkumpul apakah diterima atau ditolak hipotesis tersebut. Jika ternyata hipotesis diterima berdasarkan data yang dikumpulkan dengan teknik triangulasi secara berulang-ulang, maka hipotesis tersebut berkembang menjadi teori.⁸²

Adapun alur tahapan dari analisis data terdiri dari tiga alur, yaitu reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*data display*), dan penarikan kesimpulan dan verifikasi.⁸³

1. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Reduksi data adalah bagian dari analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu, dan

⁸¹ Hardani et al., *Ibid.*, 162.

⁸² *Ibid.*

⁸³ *Ibid.*, 163.

mengorganisasikan data dengan sedemikian rupa hingga akhirnya kesimpulan dapat ditarik dan diverifikasi.⁸⁴

2. Penyajian Data (*Data Display*)

Penyajian data dalam penelitian kualitatif dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowcard* dan lain sebagainya. Penyajian data dapat memberikan kemudahan dalam memahami hal yang terjadi, lalu merencanakan langkah berikutnya berdasarkan hal yang telah dipahami.⁸⁵

3. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Kesimpulan yang dipaparkan di awal masih bersifat sementara dan dapat berubah jika tidak ditemukan bukti-bukti pendukung yang kuat pada tahap pengumpulan data selanjutnya. Namun, jika kesimpulan tersebut didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan untuk melakukan pengumpulan data, maka kesimpulan tersebut merupakan kesimpulan yang kredibel.⁸⁶

⁸⁴ Hardani et al., *Ibid.*, 164.

⁸⁵ *Ibid.*, 168.

⁸⁶ *Ibid.*, 170-171.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Profil Singkat Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Metro

Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) merupakan salah satu program studi yang terintegratif yang pengelolaannya berada di bawah Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah (FUAD) IAIN Metro. Eksistensi Program Studi BPI secara operasional memang belum dapat dikatakan lama, mengingat program studi ini baru berdiri lebih kurang enam tahun yang lalu. Tepatnya berdasarkan Surat Keputusan Direktur Jendral Perguruan Tinggi Nomor 2111 tahun 2017 tanggal 11 April 2017. Momentum SK Dirjen Pendidikan Islam inilah yang menjadi langkah awal bagi Program Studi BPI FUAD IAIN Metro menapakkan jejak dan langkahnya dalam menjalankan dan menyelenggarakan program Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan kekhasan yang telah ditetapkannya melalui visi, misi, tujuan dan strategi yang dimilikinya saat ini.

Sejak berdiri hingga saat ini Program Studi BPI senantiasa melakukan peningkatan kualitas Tri Dharma Perguruan Tinggi sebagai upaya mensejajarkan diri dengan program studi lainnya yang ada di FUAD IAIN Metro. Hal ini dilakukan dalam upaya Program Studi BPI menciptakan output yang berkualitas dan mampu diterima bekerja di sektor pekerjaan yang sesuai dengan visi, misi serta tujuan yang

dimilikinya. Pada periode tahun 2017 sampai 2023 ini Program Studi BPI telah tumbuh menjadi salah satu program studi yang diminati oleh para lulusan SMA/SMK/MA dan sederajat. Berikut ini jumlah mahasiswa aktif Program Studi BPI tahun akademik 2017/2018 sampai dengan 2023/2024.

Tabel 4.1 Jumlah Mahasiswa Program Studi BPI

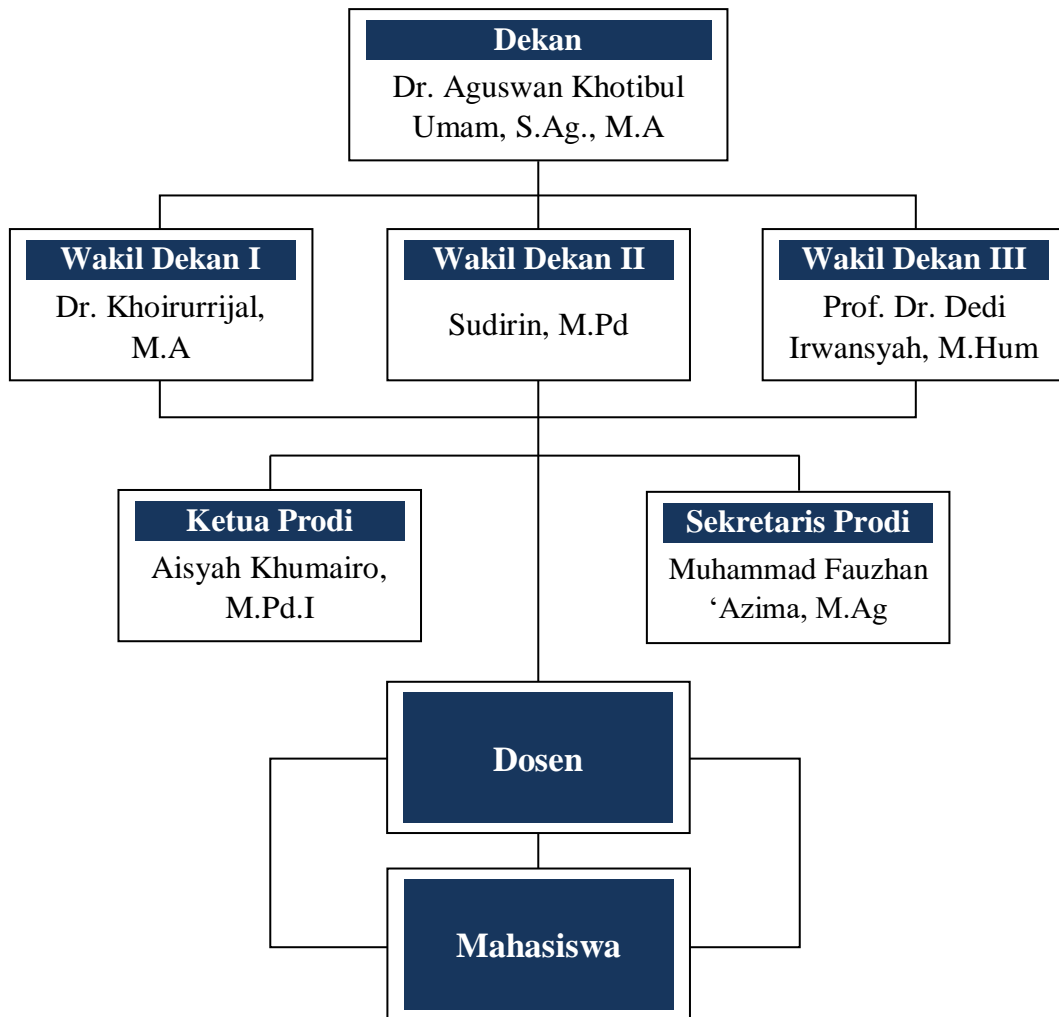
Bimbingan Penyuluhan Islam		
Laki-Laki	Perempuan	Total
25	69	94

2. Visi dan Misi Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Metro

Visi Program Studi BPI adalah, “Terkemuka dan Kompetitif pada Bidang Bimbingan Penyuluhan Islam dalam sinergi *socio-eco-technopreneurship* Tahun 2037.”

Mengacu pada visi di atas, maka prodi BPI mengemban misi:

- a. Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran dalam bidang disiplin ilmu Bimbingan dan Penyuluhan Islam berbasis lingkungan, teknologi informasi dan kewirausahaan.
- b. Melakukan penelitian dalam disiplin ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam secara interdisipliner.
- c. Melakukan pengabdian dalam bidang disiplin ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam berbasis multikultural dan teknologi.
- d. Melakukan kerja sama Tridharma Perguruan Tinggi dalam bidang disiplin ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam.



Gambar 4.1 Struktur Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam

B. Hasil Penelitian

Hasil penelitian dalam penelitian ini akan dipaparkan berdasarkan aspek *self control* dan aspek hedonisme. *Self control* dapat dilihat dari tiga aspek, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decesional control*). Sedangkan hedonisme dapat dilihat dari tiga aspek, yaitu aktivitas (*activity*), minat (*interest*), dan opini (*opinion*)

1. Variabel *Self Control*

a. Aspek Kontrol Perilaku

Kontrol perilaku adalah ketersediaan suatu tanggapan (respons) yang memberikan pengaruh secara langsung atau melakukan perubahan pada suatu peristiwa yang tidak menyenangkan. Kontrol perilaku terdiri dari kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*), yaitu kemampuan individu untuk memutuskan siapa yang akan mengendalikan suatu kondisi, apakah diri sendiri, aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan diri, atau menggunakan sumber eksternal. Dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*), yaitu kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan menghadapi suatu stimulus atau rangsangan yang tidak diinginkan.

Berikut hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa DI, ia mengatakan bahwa:

“Mengalir saja, saya tidak menetapkan kapan waktunya saya bersenang-senang, sewajarnya atau tidak berlebihan. Tapi biasanya, setelah saya menyelesaikan kewajiban saya sebagai mahasiswa, misalnya pada hari Senin-Jumat mengerjakan skripsi. Pada hari Sabtu dan Minggu saya buat sebagai hari libur sehingga saya bisa beristirahat dan bebas melakukan hal-hal yang saya sukai dengan batas waktu yang wajar.”⁸⁷

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa IF, ia mengatakan bahwa:

“Saya akan bermain *game* pada saat benar-benar senggang. Artinya bermain *game* dapat dilakukan jika pada waktu

⁸⁷ DI, *Wawancara*, 19 November 2023.

istirahat dan memiliki waktu bermain atau pada saat pekerjaan dan kewajiban sudah selesai dilakukan semuanya. Kalau untuk memasak saya akan melakukan pada saat bosan dan tidak memiliki pekerjaan atau kewajiban yang begitu darurat sehingga memiliki waktu senggang yang cukup untuk memasak. Biasanya waktu ini datang ketika sedang liburan dan tidak memiliki kegiatan untuk pergi ke luar rumah. Waktu ini dapat digunakan untuk memasak makanan yang saya sukai.”⁸⁸

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa WI, ia mengatakan bahwa:

“Cara mengaturnya jika ada waktu luang dan memang saya lagi butuh *refreshing/healing*. Tidak harus setiap hari atau setiap saat untuk memenuhi keinginannya, tapi lebih ke butuh, butuh waktu atau jeda untuk melakukan hal yang membuat saya senang.”⁸⁹

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa HA, ia mengatakan bahwa:

“Tidak ada jadwal khusus, kalau lagi pada ingin berkumpul maka berangkat. Paling kalau konser ada waktu-waktunya. Itu tinggal pesan tiket terus tunggu hari H-nya. Aku lumayan sering melakukan kesenangan.”⁹⁰

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tiga informan penelitian, yaitu DI, IF, dan WI memiliki kemampuan *self control* yang baik dalam aspek kontrol perilaku. Ada sejumlah cara yang bisa diterapkan dalam pengendalian perilaku, di antaranya mencegah atau menjauhi stimulus, meletakkan jangka waktu di antara rentetan stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

⁸⁸ IF, *Wawancara*, 9 November 2023.

⁸⁹ WI, *Wawancara*, 23 November 2023.

⁹⁰ HA, *Wawancara*, 16 November 2023.

Informan DI, IF, dan WI menggunakan cara meletakkan jangka waktu pada kesenangan yang mereka lakukan, seperti ketika mereka sudah menyelesaikan kegiatan wajib mereka. Selain itu DI, IF, dan WI juga membatasi intensitas dari kesenangan mereka, mereka hanya melakukan kesenangan di hari-hari tertentu dan di saat mereka sedang luang.

Sedangkan pada informan penelitian HA, ia cenderung belum memiliki *self control* yang baik dalam aspek kontrol perilaku. Dalam wawancara informan HA mengatakan bahwa ia sering melakukan kesenangan, seperti nongkrong di kafe dan nonton konser. HA tidak memiliki batasan intensitas dalam melakukan kesenangan. Saat ada teman yang mengajaknya maka ia akan cenderung mengikutinya. Hal ini didukung oleh postingan media sosial HA, terlihat banyak sekali postingan saat ia sedang bersenang-senang di kafe atau di konser.

b. Aspek Kontrol Kognitif

Kontrol kognitif adalah kemampuan individu untuk mengatur informasi yang tidak diinginkan dengan menafsirkan, memberikan penilaian, atau mengintegrasikan sebuah peristiwa ke dalam kerangka kognitif sebagai bentuk adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Kontrol kognitif terdiri dari kemampuan memperoleh informasi (*information gain*), di mana dengan bantuan informasi yang dimiliki oleh individu tentang sebuah situasi yang

tidak menyenangkan, ia dapat memperhitungkan situasi tersebut dengan beragam pertimbangan yang matang. Dan kemampuan melakukan penilaian (*appraisal*), artinya individu mencoba untuk melakukan penilaian dan penafsiran sebuah situasi secara subjektif dengan mengamati aspek-aspek positif.

Berikut hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa DI, ia mengatakan bahwa:

“Hedonisme itu punya dampak yang bervariasi bagi kehidupan, yaitu bisa positif atau negatif. Jika tujuan hidup hanya untuk mencari kenikmatan dan kebahagiaan yang sementara saja maka akan berdampak negatif bagi seseorang terutama bagi diri saya sendiri. Kalau saya tidak dapat menyeimbangkan antara kesenangan dan tanggung jawab saya sebagai manusia dan anak, bisa saja saya terlena dengan kenikmatan yang sementara, apalagi di zaman sekarang ini yang di mana dapat dengan mudah menemukan kesenangan dan kebahagiaan melalui media sosial dan fasilitas yang serba instan ini.”⁹¹

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa IF, ia mengatakan bahwa:

“Tentu berdampak buruk karena hedonisme itu termasuk konsumtif. Hal ini akan merugikan diri sendiri karena bisa mengarah pada kebangkrutan, mengeluarkan uang secara cuma-cuma tanpa memikirkan kebutuhan diri sendiri. Membeli barang-barang yang tidak dibutuhkan atau tidak terlalu mendesak tetap dibeli dan akhirnya nanti tidak akan terpakai. Membeli barang bukan dilihat dari kebutuhan, tetapi demi kesenangan semata.”⁹²

⁹¹ DI, *Wawancara*, 19 November 2023.

⁹² IF, *Wawancara*, 9 November 2023.

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa WI, ia mengatakan bahwa:

“Menurut saya dampaknya negatif. Karena mereka yang melakukan hedonisme tidak bisa membedakan antara keinginan dan kebutuhan, yang mereka lakukan adalah hanya untuk bersenang-senang sesaat.”⁹³

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa HA, ia mengatakan bahwa:

“Hedonis memiliki dampak buruk. Uang transferan aku mudah habis soalnya aku sendiri suka *hedone*, habis seru banget nonton konser sama nongkrong. Hitung-hitung menghilangkan stres gara-gara kuliah terutama skripsi. Aku sendiri menganggap hedonis aku itu dengan senang-senang selagi ada uangnya. Meskipun aku sering kehabisan uang kalau habis nongkrong atau nonton konser. Tapi untungnya orang tua aku tidak mempermasalahkan selagi aku senang. Apalagi aku anak bungsu.”⁹⁴

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tiga informan penelitian, yaitu DI, IF, dan WI memiliki kemampuan *self control* yang baik dalam aspek kontrol kognitif. Dalam wawancara ketiganya berpendapat bahwa hedonisme dapat memberikan dampak buruk atau negatif bagi kehidupan. Hal ini menunjukkan mereka memiliki kemampuan memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). DI, IF, dan WI mencari tahu tentang hedonisme dan melakukan pertimbangan serta penilaian terhadap dampak hedonisme bagi kehidupan.

⁹³ WI, *Wawancara*, 23 November 2023.

⁹⁴ HA, *Wawancara*, 16 November 2023.

Sedangkan pada informan penelitian HA, ia cenderung belum memiliki *self control* yang baik dalam aspek kontrol kognitif. HA memang mengatakan bahwa hedonisme memiliki dampak buruk, tetapi ia tidak berusaha untuk mengantisipasi kegiatan yang berhubungan dengan hedonisme melalui berbagai pertimbangan. HA tetap melakukan kesenangan, seperti nongkrong dan nonton konser dengan alasan untuk membuatnya senang dan tidak stres. HA mengatakan bahwa orang tuanya tidak mempermasalahkan uang pemberian yang sering habis. Hal ini menambah HA untuk tidak perlu mempertimbangkan tentang dampak dari kegiatan bersenang-senangnya.

c. Aspek Kontrol Keputusan

Kontrol keputusan adalah kemampuan individu dalam menentukan suatu hasil atau tindakan menurut apa yang mereka yakini atau setuju. *Self control* dalam membuat pilihan akan berjalan terlepas dari apakah individu memiliki pilihan, kebebasan, atau kemampuan untuk memilih di antara beberapa kemungkinan tindakan.

Berikut hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa DI, ia mengatakan bahwa:

“Kalau membicarakan soal pilihan antara kesenangan jangka pendek dan jangka panjang, pastinya saya memilih yang jangka panjang. Walaupun yang jangka pendek atau instan itu seru tetapi cuma bertahan sebentar. Kebahagiaan yang bertahan lama itu bisa lebih bermakna dan bisa membuat lebih hidup saja. Jadi, lebih seperti investasi jangka panjang

dan buat kehidupan yang lebih baik, bukan hanya bahagia yang sebentar.”⁹⁵

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa IF, ia mengatakan bahwa:

“Kalau itu saya akan memilih kesenangan jangka panjang, karena kesenangan jangka panjang itu juga termasuk kesenangan dalam hubungan interpersonal, merasakan kepuasan dalam mengerjakan sesuatu dan aktivitas yang dilakukan, memenuhi kebutuhan dasar hidup, memiliki tujuan hidup yang jelas, dan memiliki koneksi kepercayaan atau spiritualitas. Kesenangan jangka panjang juga melibatkan keseimbangan antara kepuasan materi dan spiritual, serta kemampuan untuk mengatasi stres dan rasa tidak bahagia dengan cara yang sehat dan positif. Misalnya kesenangan jangka panjang itu didapat bukan dari uang saja tapi hubungan yang sehat dan bahagia dengan keluarga, pasangan, atau teman dekat.”⁹⁶

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Saudari WI, ia mengatakan bahwa:

“Tentu kalau untuk saya, saya memilih kesenangan/kenikmatan jangka panjang. Karena saya merasa hidup itu tidak sesaat dan tidak hanya tentang kesenangan sesaat yang setelah melakukannya akan hilang dan habis begitu saja. Saya lebih memikirkan jika memang jangka panjang ini bisa dilakukan dan dampaknya lebih positif ke saya maka kenapa tidak saya lakukan.”⁹⁷

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa HA, ia mengatakan bahwa:

“Dua-duanya. Jangka pendek seperti nongkrong dan nonton konser, jadi dilakukan hanya saat itu. Selagi masih muda, masih segar dan cantik. Jadi mencari kesenangan yang ada-ada dulu. YOLO, *You Only Live Once*. Takutnya menahan diri saat muda tetapi tidak hidup sampai tua, jadi sayang.

⁹⁵ DI, *Wawancara*, 19 November 2023.

⁹⁶ IF, *Wawancara*, 9 November 2023.

⁹⁷ WI, *Wawancara*, 23 November 2023.

Tapi aku kadang memikirkan jangka panjang juga. Tapi baru berpikir, belum ada *action*-nya.”⁹⁸

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tiga informan penelitian, yaitu DI, IF, dan WI memiliki kemampuan *self control* yang baik dalam aspek kontrol keputusan. Ketika ditanya mengenai pilihan mereka antara kesenangan/kenikmatan jangka pendek dengan kesenangan/kenikmatan jangka panjang, mereka memilih kesenangan/kenikmatan jangka panjang dengan alasan mereka masing-masing. Individu yang memiliki kemampuan *self control* yang tinggi dalam menentukan keputusan tidak akan terburu-buru hanya untuk mencari kesenangan/kenikmatan yang bersifat sementara, ia mampu menunda dalam memenuhi kebutuhan apabila penundaan tersebut dapat memberikan kesenangan/kenikmatan yang lebih baik, lebih berkualitas, dan lebih lama.

Sedangkan pada informan penelitian HA, ia cenderung belum memiliki *self control* yang baik dalam aspek kontrol keputusan. HA memang mengatakan bahwa ia memilih kesenangan/kenikmatan jangka pendek serta kesenangan/kenikmatan jangka panjang. Tetapi pada kenyataannya, perkataan dan perilaku yang ia tunjukkan lebih mengarah ke kesenangan/kenikmatan jangka pendek. Hal ini dapat dilihat saat ia mengatakan untuk mencari kesenangan yang ada saja dulu, ia berpendapat bahwa *You Only*

⁹⁸ HA, *Wawancara*, 16 November 2023.

Live Once (YOLO). Jadi ia menggunakan prinsip ini untuk bersenang-senang di masa mudanya.

Tabel 4.2 Ringkasan Hasil Penelitian Variabel *Self Control*

Aspek	Nama	Keterangan
Kontrol Perilaku (<i>Behavior control</i>)	Informan (DI)	1) Melakukan kesenangan setelah menyelesaikan kewajiban.
	Informan (IF)	2) Melakukan kesenangan saat pekerjaan dan kewajiban sudah selesai dilakukan semuanya.
	Informan (WI)	3) Melakukan kesenangan jika ada waktu luang dan saat butuh <i>refreshing/healing</i> .
	Informan (HA)	4) Melakukan kesenangan spontanitas jika ingin atau ada yang mengajak.
Kontrol Kognitif (<i>Cognitive control</i>)	Informan (DI)	1) Memiliki pemikiran bahwa hedonisme akan berdampak negatif jika tujuan hidup hanya untuk mencari kenikmatan sementara.
	Informan (IF)	2) Memiliki pemikiran bahwa hedonisme berdampak buruk karena hedonisme termasuk konsumtif.
	Informan (WI)	3) Memiliki pemikiran bahwa hedonisme berdampak negatif karena tidak bisa membedakan antara keinginan dan kebutuhan.
	Informan (HA)	4) Memiliki pemikiran bahwa hedonis berdampak buruk karena menghabiskan uang.
Kontrol Keputusan (<i>Decesional control</i>)	Informan (DI)	1) Memilih kesenangan jangka panjang karena kebahagiaan akan bertahan lama dan lebih bermakna.
	Informan (IF)	2) Memilih kesenangan jangka panjang karena memberikan

Informan (WI)	3) Memilih kesenangan jangka panjang karena dampaknya lebih positif.	kepuasan yang beragam.
Informan (HA)	4) Memilih kesenangan jangka panjang dan pendek. Tetapi lebih cenderung kepada kesenangan jangka pendek karena berprinsip <i>You Only Live Once</i> (YOLO)	

2. Variabel Hedonisme

a. Aspek Aktivitas

Aktivitas merupakan cara individu dalam menggunakan waktu miliknya yang ditampilkan dalam tindakan yang nyata, seperti menghabiskan lebih banyak waktu bermain di luar rumah, bersenang-senang, pergi ke mall atau kafe, senang membeli barang-barang mahal yang belum tentu dibutuhkan (konsumtif), dan suka dengan segala sesuatu yang praktis dan instan. Sebanyak apapun uang yang orang tua berikan pasti akan dihabiskan hanya untuk memuaskan hawa nafsu. Indikator yang terdapat di dalam aspek aktivitas di antaranya yaitu mengejar modernitas fisik, dan menghabiskan banyak uang berapapun yang dimiliki (konsumtif).

Berikut hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan Mahasiswa DI, ia mengatakan bahwa:

“Kegiatan yang saya lakukan untuk kesenangan tersebut tidak terlalu banyak memakan biaya, karena saya anak rantau yang harus pandai mengatur uang saku jadi sebisa mungkin saya memilih kegiatan yang tidak membutuhkan banyak dana namun tetap bisa memberikan kebahagiaan bagi diri saya.”⁹⁹

⁹⁹ DI, *Wawancara*, 19 November 2023.

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa IF, ia mengatakan bahwa:

“Tidak tentu. Untuk biaya *game* biasa cuma kuota, kuota juga dipakai buat kuliah sama media sosial. Terus masak juga buat makan sehari-hari juga jadi tidak tentu. Itu pun masuk ke pengeluaran harian.”¹⁰⁰

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa WI, ia mengatakan bahwa:

“Tergantung tempatnya. Biasanya saya memilih tempat yang memang cocok harganya dengan anak kosan yang sedang merantau seperti saya. Saya bukan orang yang harus datang ke tempat-tempat mahal, tetapi saya datang karena saya butuh itu agar membuat saya sedikit senang.”¹⁰¹

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa HA, ia mengatakan bahwa:

“Jujur iya aku sangat boros. Kalau nongkrong biasa aku pilih kafe yang bagus dan terkenal jadi menunya agak mahal. Kalau nonton konser ada tiketnya, kadang mahal kadang murah. Terus belum lagi kalau konsernya agak jauh contohnya di Balam, berarti aku butuh biaya transportasi, makan berat dan makanan ringan, belum lagi pakaian aku.”¹⁰²

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tiga informan penelitian, yaitu DI, IF, dan WI tidak memiliki kecenderungan hedonisme dalam aspek aktivitas. Ketiga informan tersebut memiliki kesenangan yang tidak memakan banyak biaya. DI senang menonton anime dan membaca, IF senang bermain *game* dan memasak, dan WI senang menonton drama Korea. Meskipun WI suka mendatangi tempat wisata, kuliner, atau *fashion*, tetapi ia

¹⁰⁰ IF, *Wawancara*, 9 November 2023.

¹⁰¹ WI, *Wawancara*, 23 November 2023.

¹⁰² HA, *Wawancara*, 16 November 2023.

tidak sering melakukannya, hanya sesekali saja jika memang ada hal yang ia butuhkan. Ketiga informan penelitian juga tidak mengejar modernitas fisik, seperti membeli barang-barang yang moderen atau mengikuti kegiatan-kegiatan yang populer. Mereka cenderung hanya melakukan dan memenuhi hal-hal yang dibutuhkan atau menjadi prioritas mereka saja.

Sedangkan pada informan penelitian HA, ia cenderung untuk memiliki aktivitas yang hedonis. Kesenangan yang HA miliki adalah nongkrong, nonton konser dan *travelling*. Ia dengan jujur menyatakan bahwa ia orang yang sangat boros. Saat nongkrong ia memilih kafe yang bagus dengan berbagai menu yang mahal. Lalu saat nonton konser ia juga membutuhkan biaya untuk transportasi dan konsumsi sehingga pengeluarannya tidak hanya sekedar tiket konser saja. Intensitas HA dalam memenuhi kesenangan yang membuat ia dapat disebut memiliki gaya hidup hedonis. Selain itu, HA juga terbiasa mengejar modernitas fisik dengan membeli barang-barang terbaru dan terkenal, seperti *smartphone* bermerek, serta mengikuti kegiatan-kegiatan khusus anak-anak kekinian.

b. Aspek Minat

Minat merupakan suatu ketertarikan dari dalam diri terhadap lingkungan atau suatu hal, sehingga timbul perasaan senang ketika memperhatikannya. Minat bisa timbul pada suatu objek, kejadian, atau topik pembahasan yang berkaitan dengan kesenangan/

kenikmatan hidup. Contohnya yang berkaitan dengan *fashion*, makanan, barang-barang bermerek terkenal, sesuatu yang di luar kebutuhan, tempat-tempat untuk berkumpul, senang berada di kota yang ramai, dan selalu berkeinginan untuk menjadi pusat perhatian orang-orang di sekitarnya. Indikator yang terdapat di dalam aspek minat di antaranya yaitu memenuhi banyak keinginan spontan, melakukan pembenaran dalam memenuhi kesenangan, menginginkan kehidupan yang serba enak dan mudah.

Berikut hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa DI, ia mengatakan bahwa:

“Tidak, saya selalu memberikan batasan kepada diri saya untuk tidak terus-menerus memenuhi keinginan saya, karena hal tersebut akan membuat saya melupakan prioritas saya, mengabaikan yang saya butuhkan dan membuat saya terlalu terjebak dalam zona nyaman sehingga malas melakukan hal-hal lain.”¹⁰³

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa IF, ia mengatakan bahwa:

“Saya akan menahan diri untuk keinginan tersebut, kalau pun saya menginginkan sesuatu dan tercapai keinginan tersebut, pasti saya akan mengalami rasa menyesal setelah keinginan itu tercapai, lalu akan membuat saya menjadi kepikiran terus-menerus dan menyebabkan saya menjadi stres berat.”¹⁰⁴

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa WI, ia mengatakan bahwa:

“Tidak. Karena seperti yang sudah saya bilang tadi saya lebih ke butuh itu bukan ke keinginan yang setiap saat harus saya

¹⁰³ DI, *Wawancara*, 19 November 2023.

¹⁰⁴ IF, *Wawancara*, 9 November 2023.

lakukan. Jika itu memang hal yang saya butuhkan, maka saya akan memenuhinya.”¹⁰⁵

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa HA, ia mengatakan bahwa:

“Kebanyakan iya, soalnya seperti *self reward*. Harus menyenangkan diri sendiri pokoknya. Apalagi kalau uangnya sudah tersedia. Jadi kenapa tidak dipenuhi?”¹⁰⁶

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tiga informan penelitian, yaitu DI, IF, dan WI tidak memiliki kecenderungan hedonisme dalam aspek minat. Salah satu indikator dalam aspek minat adalah individu yang bergaya hidup hedonis cenderung memenuhi banyak keinginan spontan. Sedangkan pada informan penelitian DI, IF dan WI, mereka dapat menahan diri untuk tidak selalu memenuhi keinginan mereka, mereka bisa membedakan mana yang kebutuhan dan menjadi prioritas mereka serta mana yang memang hanya keinginan saja.

Sedangkan pada informan penelitian HA, ia cenderung untuk memiliki minat yang hedonis. HA melakukan kesenangan secara spontan karena ajakan teman-temannya atau hanya karena ia ingin. HA juga melakukan pembenaran dalam melakukan kesenangan dengan mengatakan bahwa ia sering memenuhi keinginannya sebagai bentuk *self reward* dan agar tidak stres. Ia akan memenuhi

¹⁰⁵ WI, *Wawancara*, 23 November 2023.

¹⁰⁶ HA, *Wawancara*, 16 November 2023.

keinginan yang dapat membuat dirinya senang selagi ia memiliki uang yang cukup untuk memenuhi keinginannya tersebut.

c. Aspek Opini

Opini merupakan pendapat atau tanggapan individu dengan bentuk lisan maupun tulisan guna menanggapi suatu keadaan ketika timbul pernyataan atau isu-isu sosial mengenai dirinya, serta hal-hal yang berhubungan dengan kesenangan/kenikmatan hidup. Apabila individu cenderung menyukai kegiatan kesenangan, maka jiwa usaha yang ia tampilkan akan sangat kecil, maunya semua hal berjalan enak serta mudah. Dan apabila individu bertemu suatu hal yang ia anggap sulit dikerjakan, maka ia akan meninggalkannya begitu saja tanpa dikerjakan. Indikator dalam aspek opini di antaranya yaitu memiliki anggapan bahwa dunia adalah segalanya, dan memandang hidup sebagai sesuatu yang instan.

Berikut hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa DI, ia mengatakan bahwa:

“Kalau bagi saya kesenangan yang saya lakukan saat ini bukanlah segalanya dan harus senantiasa dipenuhi karena masih banyak hal-hal lain yang lebih penting dan menjadi prioritas saya dalam hidup yang di mana hal tersebut lebih memiliki nilai bahagia dalam jangka waktu yang panjang. Kesenangan yang saya lakukan saat ini hanya sekedar menjadi kesenangan sementara di kala hidup saya terasa berat.”¹⁰⁷

¹⁰⁷ DI, *Wawancara*, 19 November 2023.

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa IF, ia mengatakan bahwa:

“Boleh-boleh saja asalkan uangnya ada. Namun, alangkah baiknya jika saya selaku kaum perempuan lebih mengutamakan sesuatu yang sesuai kebutuhan terlebih dahulu sebelum memenuhi kesenangan yang tidak dibutuhkan, sekali pun itu sangat menggiurkan. Karena dengan hemat dan bijak dalam memenuhi kebutuhan dapat menenangkan hati dan pikiran sendiri. Memang kesenangan seperti *hang out* dan berbelanja bersama teman di tempat-tempat yang menyediakan segala kebutuhan sungguh sangat menyenangkan. Hitung-hitung bisa juga sembari *refreshing* untuk cuci mata. Namun, saya berprinsip untuk berbelanja sesuai kebutuhan saja bukan karena keinginan semata.”¹⁰⁸

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa WI, ia mengatakan bahwa:

“Tidak, tidak semua hal harus dipenuhi. Saya lebih melihat lebih ke butuh atau tidak. Jika saya butuh maka sesekali saya melakukannya, tidak setiap saat. Karena jika kita melakukan kesenangan setiap saat dan hanya memikirkan kesenangan sesaat itu akan berdampak buruk terhadap diri kita. Bisa jadi kita bisa menjadi orang yang hedonisme.”¹⁰⁹

Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Mahasiswa HA, ia mengatakan bahwa:

“Iya. Kalau tidak dipenuhi nanti stres sendiri. Masa tidak menikmati hidup. Selagi aku punya uang aku bakal melakukan semua yang membuat aku senang.”¹¹⁰

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tiga informan penelitian, yaitu DI, IF, dan WI tidak memiliki kecenderungan hedonisme dalam aspek opini. Indikator pertama dalam aspek opini adalah individu yang bergaya hidup hedonis cenderung memiliki

¹⁰⁸ IF, *Wawancara*, 9 November 2023.

¹⁰⁹ WI, *Wawancara*, 23 November 2023.

¹¹⁰ HA, *Wawancara*, 16 November 2023.

anggapan bahwa dunia adalah segalanya. Informan penelitian DI, IF, dan WI berpendapat bahwa kesenangan/kenikmatan bukanlah segalanya dan tidak harus senantiasa dipenuhi. Mereka mengatakan bahwa masih banyak hal-hal lain yang lebih penting dan menjadi prioritas atau kebutuhan. Menurut WI, jika selalu memenuhi kesenangan/kenikmatan dapat berdampak buruk terhadap dirinya.

Sedangkan pada informan penelitian HA, ia cenderung untuk memiliki opini yang hedonis. HA berpendapat bahwa kesenangan/kenikmatan itu harus dipenuhi. Menurutnya kalau kesenangan/kenikmatan tidak dipenuhi nanti dapat membuat dirinya stres. Selagi HA mempunyai uang, ia akan melakukan semua hal yang dapat membuatnya senang. Indikator kedua dalam aspek opini adalah memandang hidup sebagai sesuatu yang instan. HA tidak menyukai hal-hal yang membuatnya kesulitan. Sebagai contoh ia sering menggunakan jasa joki tugas untuk mengerjakan tugas kuliah miliknya. Menurutnya cukup membayar sejumlah uang pada penyedia jasa, maka ia dapat menyelesaikan tugasnya tanpa bersusah payah.

Tabel 4.3 Ringkasan Hasil Penelitian Variabel Hedonisme

Aspek	Nama	Keterangan
Aktivitas (<i>Activity</i>)	Informan (DI)	1) Kegiatan kesenangan, yaitu menonton drakor, menulis, membaca, membuat kue, <i>journaling</i> , serta menjahit. Kesenangan tidak memakan banyak biaya.

	Informan (IF)	2) Kegiatan kesenangan, yaitu memasak dan bermain <i>game</i> . Kesenangan tidak memakan banyak biaya.
	Informan (WI)	3) Kegiatan kesenangan, yaitu menonton drama Korea dan kuliner. Kesenangan jarang dilakukan dan tidak menghabiskan banyak biaya.
	Informan (HA)	4) Kegiatan kesenangan, yaitu nongkrong, nonton konser, dan <i>travelling</i> . Kesenangan sering dilakukan, spontan dan membutuhkan banyak biaya.
Minat (<i>Interest</i>)	Informan (DI)	1) Memberikan batasan pada diri dengan memprioritaskan kebutuhan bukan keinginan.
	Informan (IF)	2) Berusaha menahan diri dari keinginan yang dapat membuat menyesal.
	Informan (WI)	3) Lebih mengutamakan hal yang dibutuhkan dari pada keinginan.
	Informan (HA)	4) Banyak/sering memenuhi keinginan sebagai upaya menyenangkan diri dan menghilangkan stres.
Opini (<i>Opinion</i>)	Informan (DI)	1) Berpendapat bahwa kesenangan bukan segalanya dan tidak harus senantiasa dipenuhi.
	Informan (IF)	2) Berpendapat bahwa harus memenuhi kebutuhan daripada kesenangan.
	Informan (WI)	3) Berpendapat bahwa tidak semua hal harus dipenuhi, mengutamakan kebutuhan.
	Informan (HA)	4) Berpendapat bahwa jika tidak memenuhi keinginan dalam kegiatan kesenangan dapat membuat stres.

C. Investigasi Terhadap *Self Control* dan Hedonisme Mahasiswa Perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung

Self control merupakan suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku berarti melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Semakin tinggi kontrol diri semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku.¹¹¹ Penelitian ini akan dipaparkan berdasarkan **aspek *self control* dan aspek hedonisme**. *Self control* tersebut dapat dilihat dari tiga aspek, yakni kontrol perilaku (*behavior control*) yang meliputi kemampuan mengatur pelaksanaan dan kemampuan memodifikasi stimulus; kontrol kognitif (*cognitive control*) yang meliputi kemampuan memperoleh informasi dan kemampuan melakukan penilaian; serta kontrol keputusan (*decesional control*) yang meliputi kemampuan mengambil keputusan.¹¹²

Hasil penelitian variabel *self control* dalam **aspek kontrol perilaku** menunjukkan bahwa tiga informan penelitian, yaitu DI, IF, dan WI memiliki kemampuan *self control* yang baik. Ada sejumlah cara yang bisa diterapkan dalam pengendalian perilaku, di antaranya mencegah atau menjauhi stimulus, meletakkan jangka waktu di antara rententan stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya. Informan DI, IF, dan WI menggunakan cara meletakkan jangka waktu pada kesenangan yang mereka lakukan, seperti ketika mereka sudah menyelesaikan kegiatan wajib mereka. Selain itu DI, IF,

¹¹¹ M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita Suminta, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 25.

¹¹² *Ibid.*, 29-30.

dan WI juga membatasi intensitas dari kesenangan mereka, mereka hanya melakukan kesenangan di hari-hari tertentu dan di saat mereka sedang luang.

Sedangkan pada informan penelitian HA, ia cenderung belum memiliki *self control* yang baik dalam aspek kontrol perilaku. Dalam wawancara informan HA mengatakan bahwa ia sering melakukan kesenangan, seperti nongkrong di kafe dan nonton konser. HA tidak memiliki batasan intensitas dalam melakukan kesenangan. Saat ada teman yang mengajaknya maka ia akan cenderung mengikutinya. Hal ini didukung oleh postingan media sosial HA, terlihat banyak sekali postingan saat ia sedang bersenang-senang di kafe atau di konser.

Selanjutnya hasil penelitian variabel *self control* dalam **aspek kontrol kognitif** menunjukkan bahwa tiga informan penelitian, yaitu DI, IF, dan WI memiliki kemampuan *self control* yang baik. Dalam wawancara ketiganya berpendapat bahwa hedonisme dapat memberikan dampak buruk atau negatif bagi kehidupan. Hal ini menunjukkan mereka memiliki kemampuan memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). DI, IF, dan WI mencari tahu tentang hedonisme dan melakukan pertimbangan serta penilaian terhadap dampak hedonisme bagi kehidupan.

Sedangkan pada informan penelitian HA, ia cenderung belum memiliki *self control* yang baik dalam aspek kontrol kognitif. HA memang mengatakan bahwa hedonisme memiliki dampak buruk, tetapi ia tidak berusaha untuk mengantisipasi kegiatan yang berhubungan dengan hedonisme melalui berbagai pertimbangan. HA tetap melakukan kesenangan, seperti nongkrong

dan nonton konser dengan alasan untuk membuatnya senang dan tidak stres. HA mengatakan bahwa orang tuanya tidak mempermasalahkan uang pemberian yang sering habis. Hal ini menambah HA untuk tidak perlu mempertimbangkan tentang dampak dari kegiatan bersenang-senangnya.

Selanjutnya hasil penelitian variabel *self control* dalam **aspek kontrol keputusan** menunjukkan bahwa tiga informan penelitian, yaitu DI, IF, dan WI memiliki kemampuan *self control* yang baik. Ketika ditanya mengenai pilihan mereka antara kesenangan/kenikmatan jangka pendek dengan kesenangan/kenikmatan jangka panjang, mereka memilih kesenangan/kenikmatan jangka panjang dengan alasan mereka masing-masing. Individu yang memiliki kemampuan *self control* yang tinggi dalam menentukan keputusan tidak akan terburu-buru hanya untuk mencari kesenangan/kenikmatan yang bersifat sementara, ia mampu menunda dalam memenuhi kebutuhan apabila penundaan tersebut dapat memberikan kesenangan/kenikmatan yang lebih baik, lebih berkualitas, dan lebih lama.

Sedangkan pada informan penelitian HA, ia cenderung belum memiliki *self control* yang baik dalam aspek kontrol keputusan. HA memang mengatakan bahwa ia memilih kesenangan/kenikmatan jangka pendek serta kesenangan/kenikmatan jangka panjang. Tetapi pada kenyataannya, perkataan dan perilaku yang ia tunjukkan lebih mengarah ke kesenangan/kenikmatan jangka pendek. Hal ini dapat dilihat saat ia mengatakan untuk mencari kesenangan yang ada saja dulu, ia berpendapat bahwa *You Only Live Once*

(YOLO). Jadi ia menggunakan prinsip ini untuk bersenang-senang di masa mudanya.

Dari paparan hasil penelitian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa informan DI, IF, dan WI memiliki kemampuan pengendalian diri yang baik dikarenakan ketiga informan tersebut dapat memenuhi kemampuan-kemampuan yang terdapat pada indikator-indikator dalam aspek-aspek *self control*, terutama dalam kemampuan mengendalikan diri dari hedonisme. Sedangkan informan HA, ia belum memenuhi kemampuan-kemampuan dalam aspek-aspek *self control*, sehingga bisa disimpulkan bahwa ia tidak memiliki kemampuan pengendalian diri yang baik.

Faktor yang mempengaruhi *self control* terdiri dari faktor internal yaitu usia.¹¹³ Kemampuan *self control* berkembang bersamaan dengan usia yang bertambah. Salah satu tugas perkembangan yang wajib dimiliki individu ialah mempelajari apa yang menjadi harapan kelompok dari dirinya, lalu mau menampilkan perilakunya supaya selaras dengan harapan sosial tanpa memerlukan bimbingan, pengawasan, dorongan, maupun ancaman seperti hukuman yang terjadi saat masih anak-anak.¹¹⁴ Keempat informan sama-sama berusia antara 20-21 tahun, tetapi tiga informan, yaitu DI, IF, dan WI lebih memiliki kemampuan *self control* yang baik. Hal ini dikarenakan faktor eksternal, yaitu faktor lingkungan keluarga khususnya orang tua. Informan WI merupakan anak pertama dari empat bersaudara di mana orang tuanya terbiasa memintanya untuk mengendalikan dirinya agar dapat menjadi contoh

¹¹³ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita Suminta, *Ibid.*, 32.

¹¹⁴ *Ibid.*, 28.

bagi adik-adiknya. Informan DI merupakan anak tengah dari tiga bersaudara yang terbiasa menahan diri dalam berbagai hal. Selanjutnya informan IF dan HA sama-sama merupakan anak bungsu. Tetapi pada informan IF, ia telah diajarkan sikap disiplin dari orang tua dan kakak laki-lakinya sejak kecil. Sedangkan pada informan HA, ia sering dimanjakan oleh orang tua dan kakak-kakaknya. Nasichah sebagaimana dikutip oleh Ghufron dan Suminta mengungkapkan jika orang tua melakukan penerapan sikap disiplin terhadap anak sejak kecil dengan mendalam, dan mereka konsisten dengan semua konsekuensi yang diperbuat anak jika ia melanggar peraturan yang telah diputuskan, maka sikap konsisten ini akan diinternalisasi anak. Lalu di suatu hari nanti dapat menjadi kemampuan *self control* bagi dirinya.¹¹⁵

Adapun tiga **jenis kualitas *self control*** menurut Block dan Block sebagaimana dikutip Ghufron dan Suminta di antaranya, yaitu *over control*, *under control*, dan *appropriate control*.¹¹⁶ Dari keempat informan penelitian, tiga di antaranya yaitu DI, IF dan WI merupakan individu dengan kualitas kontrol diri *appropriate control*, yang berarti mereka memiliki kemampuan mengendalikan impuls (dorongan) secara tepat. Ketiga informan mampu mempertimbangkan mana yang akan menjadi prioritas bagi kehidupan mereka dan mana yang hanya kesenangan semata. Lalu di kualitas kontrol diri *under control*, terdapat informan HA. *Under control* merupakan suatu kecenderungan individu dalam melepaskan impulsivitas secara bebas tanpa

¹¹⁵ M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita Suminta, *Ibid.*, 32.

¹¹⁶ *Ibid.*, 31.

melakukan pertimbangan yang matang. HA cenderung terbiasa melakukan kesenangan secara spontan tanpa melakukan pertimbangan apapun.

Selain dari aspek *self control*, penelitian ini juga akan dipaparkan berdasarkan **aspek hedonisme**. Hedonisme merupakan pandangan hidup yang menjadikan kesenangan/kenikmatan sebagai tujuan utama hidup. Individu yang menganut paham ini menjadikan bersenang-senang, berfoya-foya, dan pelesiran sebagai tujuan utama hidup. Karena mereka berpendapat bahwa hidup di dunia hanya satu kali, sehingga mereka ingin menikmati hidup senikmat-nikmatnya. Dalam upaya memenuhi hawa nafsu yang tidak memiliki batasan, mereka menjalani hidup dengan sebebas-bebasnya.¹¹⁷ Hedonisme dapat dilihat dari tiga aspek, yaitu aktivitas (*activity*) yang meliputi mengejar modernitas fisik dan menghabiskan banyak uang berapapun yang dimiliki (konsumtif); minat (*interest*) yang meliputi memenuhi banyak keinginan spontan, melakukan pembenaran dalam memenuhi kesenangan, serta menginginkan kehidupan yang serba enak dan mudah; serta opini (*opinion*) yang meliputi memiliki anggapan bahwa dunia adalah segalanya dan memandang hidup sebagai sesuatu yang instan.¹¹⁸

Hasil penelitian variabel hedonisme dalam **aspek aktivitas** menunjukkan bahwa tiga informan penelitian, yaitu DI, IF, dan WI tidak memiliki kecenderungan bergaya hidup hedonis. Ketiga informan tersebut memiliki kesenangan yang tidak memakan banyak biaya. DI senang

¹¹⁷ Yunisca Nurmalisa, *Pendidikan Generasi Muda*, (Yogyakarta: Media Akademi, 2017), 69.

¹¹⁸ Ilham Prambudi Bahtiar dan Akhmad Fajar Prasetya, *Hedonism*, (Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan, 2021), 11-12.

menonton anime dan membaca, IF senang bermain *game* dan memasak, dan WI senang menonton drama Korea. Meskipun WI suka mendatangi tempat wisata, kuliner, atau *fashion*, tetapi ia tidak sering melakukannya, hanya sesekali saja jika memang ada hal yang ia butuhkan. Ketiga informan penelitian juga tidak mengejar modernitas fisik, seperti membeli barang-barang yang moderen atau mengikuti kegiatan-kegiatan yang populer. Mereka cenderung hanya melakukan dan memenuhi hal-hal yang dibutuhkan atau menjadi prioritas mereka saja.

Sedangkan pada informan penelitian HA, ia cenderung untuk memiliki aktivitas yang hedonis. Kesenangan yang HA miliki adalah nongkrong, nonton konser dan *travelling*. Ia dengan jujur menyatakan bahwa ia orang yang sangat boros. Saat nongkrong ia memilih kafe yang bagus dengan berbagai menu yang mahal. Lalu saat nonton konser ia juga membutuhkan biaya untuk transportasi dan konsumsi sehingga pengeluarannya tidak hanya sekedar tiket konser saja. Intensitas HA dalam memenuhi kesenangan yang membuat ia dapat disebut memiliki gaya hidup hedonis. Selain itu, HA juga terbiasa mengejar modernitas fisik dengan membeli barang-barang terbaru dan terkenal, seperti *smartphone* bermerek, serta mengikuti kegiatan-kegiatan khusus anak-anak kekinian.

Selanjutnya hasil penelitian variabel hedonisme dalam **aspek minat** menunjukkan bahwa tiga informan penelitian, yaitu DI, IF, dan WI tidak memiliki kecenderungan hedonisme. Salah satu indikator dalam aspek minat adalah individu yang bergaya hidup hedonis cenderung memenuhi banyak

keinginan spontan. Sedangkan pada informan penelitian DI, IF dan WI, mereka dapat menahan diri untuk tidak selalu memenuhi keinginan mereka, mereka bisa membedakan mana yang kebutuhan dan menjadi prioritas mereka serta mana yang memang hanya keinginan saja.

Sedangkan pada informan penelitian HA, ia cenderung untuk memiliki minat yang hedonis. HA melakukan kesenangan secara spontan karena ajakan teman-temannya atau hanya karena ia ingin. HA juga melakukan pembenaran dalam melakukan kesenangan dengan mengatakan bahwa ia sering memenuhi keinginannya sebagai bentuk *self reward* dan agar tidak stres. Ia akan memenuhi keinginan yang dapat membuat dirinya senang selagi ia memiliki uang yang cukup untuk memenuhi keinginannya tersebut.

Selanjutnya hasil penelitian variabel hedonisme dalam **aspek opini** menunjukkan bahwa tiga informan penelitian, yaitu DI, IF, dan WI tidak memiliki kecenderungan hedonisme. Indikator pertama dalam aspek opini adalah individu yang bergaya hidup hedonis cenderung memiliki anggapan bahwa dunia adalah segalanya. Informan penelitian DI, IF dan WI berpendapat bahwa kesenangan/kenikmatan bukanlah segalanya dan tidak harus senantiasa dipenuhi. Mereka mengatakan bahwa masih banyak hal-hal lain yang lebih penting dan menjadi prioritas atau kebutuhan. Menurut WI, jika selalu memenuhi kesenangan/kenikmatan dapat berdampak buruk terhadap dirinya.

Sedangkan pada informan penelitian HA, ia cenderung untuk memiliki opini yang hedonis. HA berpendapat bahwa kesenangan/kenikmatan itu harus

dipenuhi. Menurutnya kalau kesenangan/kenikmatan tidak dipenuhi nanti dapat membuat dirinya stres. Selagi HA mempunyai uang, HA akan melakukan semua hal yang dapat membuatnya senang. Indikator kedua dalam aspek opini adalah memandang hidup sebagai sesuatu yang instan. HA tidak menyukai hal-hal yang membuatnya kesulitan. Sebagai contoh ia sering menggunakan jasa joki tugas untuk mengerjakan tugas kuliah miliknya. Menurutnya cukup membayar sejumlah uang pada penyedia jasa, maka ia dapat menyelesaikan tugasnya tanpa bersusah payah.

Dari paparan hasil penelitian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa informan DI, IF, dan WI tidak memiliki kecenderungan bergaya hidup hedonis dikarenakan ketiga informan tersebut tidak memiliki kesesuaian dengan indikator-indikator dalam aspek hedonisme. Sedangkan pada informan HA, ciri-ciri perilaku yang ia tunjukkan memiliki kesesuaian dengan indikator-indikator dalam aspek-aspek hedonis, sehingga bisa disimpulkan bahwa ia memiliki kecenderungan bergaya hidup hedonis.

Faktor penyebab gaya hidup hedonis pada informan HA yaitu disebabkan oleh faktor eksternal, seperti kelompok referensi atau lingkungan pertemanan yang ia miliki. Rista dan Jalil mengungkapkan bahwa ciri-ciri gaya hidup hedonis pada mahasiswa wanita paling banyak ditampilkan pada penggunaan *make up* yang dianggap berkelas. Wanita juga menyukai foto *selfie* yang biasa mereka unggah di Instagram dengan menggunakan *hashtag* #ootd, yaitu singkatan dari *Outfit of The Day*. Foto ini diambil dengan *fullbody* (seluruh tubuh) untuk menampilkan pakaian yang dikenakan mereka,

bisa berupa bergaya, baru, atau bermerek terkenal. Jika sedang di kafe mahal, umumnya para wanita akan mengambil foto baik grup, *selfie* lalu diunggah di media sosial masing-masing dengan hastag #ootd.¹¹⁹ Hal ini sangat sesuai dengan gambaran informan HA yang memiliki postingan di media sosial dengan ciri-ciri tersebut.

Rista dan Jalil juga mengungkapkan bahwa mahasiswa wanita yang hedonis biasanya mempunyai teman yang juga hedonis dan memiliki kecenderungan berkelompok. Jika sudah berkelompok biasanya mereka melakukan hal yang menyenangkan menurut mereka, baik itu berbelanja atau jalan-jalan.¹²⁰ HA tidak memiliki batasan intensitas dalam melakukan kesenangan dan sering melakukannya secara spontan. Saat ada teman yang mengajaknya maka ia akan mengikuti ajakan tersebut, tidak peduli meski baru kemarin ia melakukan kegiatan bersenang-senang.

Selain dari faktor kelompok referensi atau lingkungan pertemanan yang HA miliki, faktor keluarga juga menjadi penyebab dari gaya hidup hedonis HA. Ia mengatakan bahwa orang tuanya tidak mempermasalahkan uang pemberian yang sering habis. Ia juga merupakan anak bungsu serta berasal dari keluarga yang berkecukupan, sehingga orang tua dan kakaknya membesarkan HA dengan perlakuan manja. Hal ini menambah alasannya untuk tidak peduli dalam mempertimbangkan dampak dari kegiatan bersenang-senangnya yang berlebihan. Selanjutnya terdapat juga faktor internal, yaitu motif di mana perilaku individu didorong oleh kebutuhan akan

¹¹⁹ Yulia Rista dan Ashaluddin Jalil, "Gaya Hidup Hedonis Mahasiswa di Kota Pekanbaru," *JOM Fisip* No. 1/Januari-Juni 2021, 3.

¹²⁰ *Ibid.*

pengakuan (*prestise*). HA memasang kebutuhan (*need*) yang terlalu tinggi sehingga ia cenderung melakukan kegiatan bersenang-senang dengan intensitas yang terlalu sering.

Hedonisme dapat bersifat negatif atau positif apabila dikendalikan dengan cara-cara Islami. Akan tetapi, mayoritas manusia memiliki kecenderungan untuk mengikuti keinginan hawa nafsunya, serta kurang memperhatikan jalan yang diberikan Allah, Rasul dan para ulama dalam mencapai kebahagiaan atau kesenangan yang sejati. Salah satu cara mencapai kebahagiaan atau kesenangan menurut al-Ghazali ialah mengurangi keinginan yang bersifat duniawi dengan hidup *zuhud* dan *qona'ah*. Dalam pemikiran al-Ghazali, *zuhud* dilakukan dengan cara tidak terlalu mementingkan kehidupan dunia dan hanya memfokuskan diri terhadap Allah Swt. Kesenangan yang sempurna dapat dirasakan manusia ketika dirinya benar-benar beribadah kepada Allah Swt.¹²¹ Kebahagiaan individu ditentukan oleh rasio kebutuhan (*need*) dan seberapa banyak yang didapatkan (*get*). Agar individu semakin bahagia maka kebutuhan perlu diturunkan. Imam Syafi'i menyebut konsep tersebut sebagai *istighna'* yang menerangkan makna hidup cukup dengan tidak memenuhi keinginan atau hawa nafsu. Yang dikatakan kecukupan adalah berusaha sebanyak mungkin, banyak hal yang tidak dibutuhkan. Bukan memenuhi semua kebutuhan nafsu, karena nafsu tidak ada batasnya.

¹²¹ Erik Martin dan Radea Yuli Ahmad Hambali, "Teologi Kebahagiaan menurut Al-Ghazali (Kajian Terhadap Kitab Kimiyatus Sa'adah)," *Jurnal Riset Agama* No. 1/April 2023, 29.

Hedonisme dapat dihindari apabila individu memiliki kemampuan mengendalikan diri yang baik. Dalam penelitian Wibowo, Arri, dan Farikha mengungkapkan bahwa pengaruh *self control* terhadap gaya hidup hedonisme mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Semarang angkatan 2018-2022 adalah sebesar 62,2%.¹²² Hal ini menunjukkan bahwa *self control* memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap gaya hidup hedonis. Dari hasil analisis pada variabel *self control* ditemukan bahwa informan HA tidak memiliki *self control* yang baik, sehingga ia memiliki kecenderungan bergaya hidup hedonis. Hal ini dipertimbangkan juga dengan menyesuaikan perilaku yang ditunjukkan informan HA dengan indikator-indikator dalam aspek-aspek hedonisme. Sedangkan pada tiga informan, yaitu DI, IF, dan WI, mereka memiliki *self control* yang baik sehingga mereka tidak memiliki kecenderungan bergaya hidup hedonis.

Self control berarti menyadari sepenuhnya apa yang dilakukan. *Self control* juga berarti mampu menunda kesenangan/kenikmatan jangka pendek agar dapat mencapai hal yang lebih besar dalam jangka panjang. Individu yang memiliki kemampuan *self control* yang baik tidak akan tergoda untuk memenuhi kesenangan/kenikmatan yang berlebihan dalam jangka pendek. Ia memahami bahwa kesenangan/kenikmatan jangka pendek yang ia dapat tidak akan sebanding dengan penyesalan jangka panjang yang akan ia alami.¹²³

¹²² Muhammad Arif Wibowo, Arri Handayani, dan Farikha Wahyu Lestari, "Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonisme," *Jurnal No. 1/Agustus 2023*, 154.

¹²³ Purwanto, Jazuli Suryadhi dan Agus Herta Sumarto, *Etika Membangun Masyarakat Islam Modern Edisi 3*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2016), 11.

Semua tindakan pada dasarnya memerlukan pengambilan keputusan dan *self control* memainkan peran penting dalam menentukan keputusan. Individu yang memiliki *self control* tinggi dalam menentukan keputusan tidak akan terburu-buru hanya untuk mencari kesenangan/kenikmatan yang bersifat sementara, ia mampu menunda dalam memenuhi kebutuhan apabila penundaan tersebut dapat memberikan kesenangan/kenikmatan yang lebih baik, lebih berkualitas, dan lebih lama. Sedangkan individu yang memiliki *self control* lemah dapat dikatakan impulsif di mana ia memiliki kecenderungan untuk mencari kesenangan/kenikmatan sementara yang bersifat jangka pendek, serta ia memiliki kesulitan untuk menunda kesenangan/kenikmatan sementara.¹²⁴

Self control dalam Islam disebut dengan *mujahaddah an-nafs*, yaitu upaya yang dilakukan dengan sungguh-sungguh untuk mengendalikan diri atau menahan nafsu yang dapat menyebabkan pelanggaran hukum-hukum Allah Swt.¹²⁵ Hawa nafsu merupakan hal yang berlawanan dengan agama yang disebutkan dalam al-Qur'an sebagai suatu hal yang selalu menyuruh dalam perkara-perkara yang tidak baik dan dapat mendorong manusia menuju kebinasaan, kecuali manusia yang dipelihara oleh Allah (QS. Yusuf [12]: 53). Saat manusia menahan diri dari keinginan nafsu miliknya, maka usahanya tersebut merupakan pencegah serta obat untuk penyakit yang disebabkan oleh nafsunya. Nafsu itu seperti anak kecil, jika dibiarkan maka ia akan terus

¹²⁴ Erhamwilda, *Konseling Sebaya; Alternatif Kreatif Layanan Bimbingan Konseling di Sekolah*, (Yogyakarta: Media Akademi, 2015), 22.

¹²⁵ Ahmad Taufik dan Nurwastuti Setyowati, *Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti untuk SMA/SMK Kelas X*, (Jakarta: Kemendikbud-Ristek, 2021), 217.

menyusu, namun jika disapih ia akan terbiasa dan berhenti dengan sendirinya.¹²⁶

Sayyid Quthub memberikan pendapat pada potongan firman Allah: (وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ) yang artinya “menghalangi nafsu dari keinginan(nya).” Ia berpendapat bahwa Allah tidak memerintahkan manusia untuk berselisih dengan hawa nafsu miliknya, Dia mengetahui bahwa itu ada di luar kemampuan manusia. Allah memerintahkan manusia untuk menghalangi nafsunya dengan menjinakkan dan mengendalikannya. Dalam menjalankan perintah tersebut, manusia harus mengarahkan rasa takutnya hanya kepada kebesaran milik Allah. Allah yang memberikan manusia hawa nafsu, Dia juga yang memberikan kemampuan mengendalikannya.¹²⁷

Selanjutnya, penelitian ini juga dikaji lebih dalam dengan **teori psikoanalisis oleh Sigmund Freud**. Sigmund Freud berpandangan bahwa kepribadian manusia tersusun atas tiga struktur, di antaranya yaitu id (*da es*), ego (*das ich*), dan superego (*das ueber ich*). Struktur kepribadian tersebut akan saling berinteraksi dan akan menentukan perilaku seseorang.¹²⁸

Pertama; Id (*da es*). Id merupakan sistem kepribadian yang berorientasi pada prinsip kesenangan (*pleasure principles*). Id selalu mencari kesenangan dan menghindari rasa sakit atau ketidaknyamanan. Id merupakan bagian asli dalam kepribadian manusia dan merupakan tempat penyimpanan kebutuhan dasar seperti makan, minum, istirahat, serta rangsangan agresivitas

¹²⁶ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Kerahasiaan Al-Qur'an*, Vol. 15 Juz 'Amma, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), 49.

¹²⁷ *Ibid.*

¹²⁸ Muh Farozin dan Kartika Nur Fathiyah, *Pemahaman Tingkah Laku*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), 45.

dan seksualitas.¹²⁹ Dalam Islam, id disebut dengan *an-nafs* (nafsu) yang memiliki pengertian dekat dengan konasi (kemauan) yang artinya bereaksi, berbuat, berusaha, berkemauan, dan berkehendak.¹³⁰ Id yang tidak dapat dikendalikan dapat menyebabkan perilaku hedonisme yang menjadikan kesenangan sebagai tujuan utama hidup dan menganggap sesuatu yang hanya mendatangkan kesulitan, kesengsaraan dan tidak menyenangkan itu tidak baik dan akan dihindari. Dalam hal ini subjek penelitian HA memiliki gambaran yang sangat sesuai, HA tidak bisa mengendalikan Id miliknya dengan baik. Ia menjadikan kesenangan adalah segalanya dan berusaha untuk selalu memenuhi kesenangan. Ia menghindari hal-hal yang menyulitkan, seperti tugas kuliah sehingga ia sering menggunakan jasa joki tugas untuk menyelesaikannya. Bahkan ia mengulang beberapa mata kuliah dikarenakan sering tidak mengerjakan tugas dan jarang aktif, serta sampai saat ini skripsi dari HA belum dikerjakan sama sekali.

Kedua; Ego (*das ich*). Ego merupakan sistem kepribadian yang rasional dan berorientasi pada prinsip realitas (*reality principle*). Ego memiliki peran sebagai perantara antara id atau keinginan mencapai kepuasan dengan keadaan lingkungan atau dunia nyata. Ego disebut juga sebagai eksekutif kepribadian, karena ia mengendalikan tindakan, memilih lingkungan untuk memberi respons, memuaskan keinginan insting dan bertugas untuk mengendalikan tuntutan insting (id) dan pertimbangan kode

¹²⁹ Latipun, *Psikologi Konseling*, cet-6, (Malang: UMM Press, 2006), 73.

¹³⁰ Faiqatul Husna, "Aliran Psikoanalisis dalam Perspektif Islam," *Salam: Jurnal Sosial & Budaya Syar-i* No. 2/2018, 107.

moral (superego).¹³¹ Dalam Islam, ego disebut dengan *al-'aql* (akal) yang berkedudukan di otak dan berfungsi untuk berpikir.¹³² Ego (akal) akan bersikap rasional untuk memenuhi hal-hal yang diinginkan oleh id (insting). Sebagaimana individu yang tidak memiliki kemampuan *self control* akan terus berusaha memenuhi insting (id) miliknya, insting di sini maksudnya adalah kesenangan yang berlebih-lebihan, sebagaimana yang dilakukan informan HA. Sedangkan individu yang memiliki kemampuan *self control* yang baik akan memenuhi insting (id) miliknya dengan melakukan beberapa pertimbangan, sebagaimana yang dilakukan informan DI, IF, dan WI.

Ketiga; Superego (*das ueber ich*). Superego berfungsi untuk menekan dorongan-dorongan id, khususnya dorongan seksual. Superego juga digunakan untuk mendorong ego agar mengganti kepada tujuan moral dari tujuan realistik agar dapat mengejar kesempurnaan. Superego berkembang bukan dari faktor biologis, melainkan dari faktor kebudayaan dan nilai-nilai sosial. Superego dibentuk melalui interaksi orang tua dengan masyarakat. Oleh karena itu, superego berisi “kode moral” yang bertentangan dengan keinginan id. Jadi, superego bisa disebut sebagai kata hati yang akan menjadi kontrol dalam (*internal-control*) individu.¹³³ Dalam Islam, superego disebut dengan *al-qalb* (kalbu) yang memiliki fungsi untuk mengendalikan struktur *nafs* yang lain.¹³⁴ Superego bisa diibaratkan dengan *self control*, yaitu suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung

¹³¹ Latipun, *Ibid.*, 74-75.

¹³² Faiqatul Husna, *Ibid.*, 106.

¹³³ Latipun, *Ibid.*, 73.

¹³⁴ Imam Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin: Menghidupkan Ilmu-ilmu Agama*, Jilid 3, terj. Ismail Yakub, (Jakarta: CV Faizan, 1979), 898.

makna yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Dalam hal ini tiga subjek penelitian, yaitu DI, IF, dan WI memiliki gambaran yang sangat sesuai, mereka memiliki superego yang kuat untuk mengendalikan insting (id) milik mereka. Mereka tidak selalu memenuhi keinginan mereka, mereka akan memilih mana yang benar-benar sebuah kebutuhan dan mana yang hanya keinginan semata. Mereka berpendapat karena mereka adalah mahasiswa perantau, mereka tidak boleh boros dan menghabiskan uang dari orang tua mereka. Mereka mengerti perjuangan orang tua mereka demi pendidikan mereka, sehingga membuat mereka lebih menghargai uang pemberian orang tua mereka. Bahkan pada informan penelitian WI, ia memilih untuk berjualan online dan membuka jasa joki tugas untuk meringankan orang tuanya dalam hal biaya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Self control mahasiswa perantau dalam hal hedonisme khususnya mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) IAIN Metro itu berbeda-beda. Ada yang memiliki kemampuan dalam mengendalikan diri dan ada juga yang kurang mampu mengendalikan diri dalam menjauhi hedonisme. Dalam penelitian ini, ketiga informan penelitian yaitu DI, IF, dan WI telah menerapkan kemampuan *self control* untuk mengontrol dan mengarahkan perilaku, pikiran dan keputusan dalam menjauhi hedonisme sehingga tidak terjebak pada kesenangan/kenikmatan sementara yang merugikan. Ketiga informan telah mampu melakukan pertimbangan dan penilaian terhadap sebuah keadaan dari segi positif secara subjektif. Mereka berusaha untuk menekan impuls negatif yang bisa berpengaruh terhadap perilaku dan mengubah impuls negatif menjadi positif. Mereka juga mampu menentukan tindakan maupun hasil sesuai dengan apa yang diyakini mereka. Adapun faktor yang mempengaruhi *self control* ialah faktor internal (usia) dan faktor eksternal (keluarga).

Namun, berbeda pada informan penelitian HA. HA memiliki *self control* yang kurang baik sehingga ia memiliki kecenderungan untuk bergaya hidup hedonis. HA sering menghabiskan waktunya demi kesenangan sementara yang ia anggap segalanya dan harus dipenuhi. Karena terus memenuhi kesenangan yang spontan, ia menjadi sering menghabiskan uang

saku dari orang tuanya (konsumtif) dan lalai dalam perkuliahannya. Adapun faktor penyebab gaya hidup hedonis informan HA adalah faktor eksternal yaitu kelompok referensi (lingkungan pertemanan) dan keluarga. Hedonisme juga dapat bersifat negatif atau positif apabila bisa dikendalikan dengan cara-cara Islami seperti hidup *zuhud*, *qona'ah* dan *istighna'*.

B. Saran

Peneliti menyadari jika penelitian ini memiliki banyak kekurangan, namun peneliti ingin menyampaikan jika penelitian ini merupakan hasil kerja maksimal yang dilakukan oleh peneliti. Berikut beberapa saran yang dapat diberikan oleh peneliti.

1. Kepada Mahasiswa Program Studi BPI

Bagi mahasiswa, terutama mahasiswa perantau diharapkan untuk senantiasa melatih kontrol diri sehingga mampu mengendalikan tingkah laku dan mengarahkannya ke arah positif dan menjauhkan diri dari hal negatif seperti hedonisme.

2. Kepada Orang Tua Mahasiswa Program Studi BPI

Bagi para orang tua dan mahasiswa yang akan menjadi orang tua, diharapkan menjadi orang tua yang melakukan penerapan sikap disiplin terhadap anak sejak kecil dengan mendalam, dan mereka konsisten dengan semua konsekuensi yang diperbuat anak jika ia melanggar peraturan yang telah diputuskan, maka sikap konsisten ini akan diinternalisasi anak. Lalu di suatu hari nanti dapat menjadi kemampuan *self control* bagi dirinya.

3. Kepada Masyarakat Sekitar

Bagi masyarakat sekitar tempat tinggal mahasiswa perantau diharapkan bisa memberikan kepedulian kepada mahasiswa. Tidak ragu untuk menegur apabila terdapat perilaku mahasiswa yang kurang baik di pandangan masyarakat, sehingga mahasiswa dapat mengendalikan diri dari perkara-perkara yang dapat memberikan kerugian pada dirinya sendiri maupun masyarakat sekitar.

4. Kepada Peneliti

Kepada peneliti selanjutnya yang berkeinginan untuk melakukan penelitian tentang *self control* dan hedonisme, diharapkan agar dapat memberikan perkembangan terhadap penelitian ini, dapat dengan menentukan subjek penelitian yang berbeda berdasarkan data-data yang lain, seperti menurut usia, daerah asal, dan lain-lain. Selanjutnya, mengembangkan keterbatasan penelitian yang hanya meneliti tentang wilayah privat informan penelitian dengan lebih lanjut meneliti tentang wilayah komunal dan wilayah publik informan penelitian. Peneliti selanjutnya juga bisa mengembangkan variabel dari penelitian ini serta menggunakan pendekatan penelitian yang lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, Zuchri. *Metode Penelitian Kualitatif*. Makassar: Syakir Media Press, 2021.
- Al-Bantani, Syekh Nawawi. *Nasha'ihul 'Ibad: Nasihat untuk Para Hamba*. Terj. Tim Penerjemah Agus Arifin Institute. Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2018.
- Al-Ghazali, Imam. *Ihya' Ulumuddin: Menghidupkan Ilmu-ilmu Agama*. Jilid 3. Terj. Ismail Yakub. Jakarta: CV Faizan, 1979.
- Azizah, Fatia Nur, dan Endang Sri Indrawati. "Kontrol Diri dan Gaya Hidup Hedonis pada Mahasiswa Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro." *Jurnal Empati* No. 4/Oktober 2015.
- Bahtiar, Ilham Prambudi dan Akhmad Fajar Prasetya. *Hedonism*. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan, 2021.
- Erhamwilda. *Konseling Sebaya; Alternatif Kreatif Layanan Bimbingan Konseling di Sekolah*. Yogyakarta: Media Akademi, 2015.
- Farozin, Muh dan Kartika Nur Fathiyah. *Pemahaman Tingkah Laku*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- Fitria, Tira Nur dan Iin Emy Prastiwi. "Budaya Hedonisme dan Konsumtif dalam Berbelanja Online Ditinjau dari Perspektif Ekonomi Syariah." *JIEI: Jurnal Ilmiah Ekonomi Islam* No. 3/2020.
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawita Suminta. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010.
- Hanifah, Hana, Robi Afrizan Saputra dan Ghina Siti Ramadhanty. *Rendang, Merantau & Minangkabau: Relevansi Masakan Rendang dengan Filosofi Merantau Orang Minangkabau*. Bandung: Bitread Publishing, 2017.
- Hardani, Nur Hikmatul Ulya, Helmina Andriani, Roushandy Asri Fardani, Jumari Ustiawaty, Evi Fatmi Utami, Dhika Juliana Sukmana, dan Ria Rahmatul Istiqomah. *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 2020.
- Husna, Faiqatul. "Aliran Psikoanalisis dalam Perspektif Islam." *Salam: Jurnal Sosial & Budaya Syar-i* No. 2/2018.
- Latipun. *Psikologi Konseling*. Cet-6. Malang: UMM Press, 2006.

- Martin, Erik dan Radea Yuli Ahmad Hambali. "Teologi Kebahagiaan menurut Al-Ghazali (Kajian Terhadap Kitab Kimiyatus Sa'adah)." *Jurnal Riset Agama* No. 1/April 2023.
- Nadzir, Misbahun dan Tri Muji Ingarianti. "Psychological Meaning of Money dengan Gaya Hidup Hedonis Remaja di Kota Malang." *Makalah*. Dipresentasikan dalam Seminar Psikologi dan Kemanusiaan Psychology Forum UMM pada tahun 2015.
- Nurmalisa, Yunisca. *Pendidikan Generasi Muda*. Yogyakarta: Media Akademi, 2017.
- Pujawati, Zulva. "Hubungan Kontrol Diri dan Dukungan Orang Tua dan Perilaku Disiplin Pada Santri." *Jurnal Psikoborneo* No. 3/2015.
- Purwanto, Jazuli Suryadhi dan Agus Herta Sumarto. *Etika Membangun Masyarakat Islam Modern Edisi 3*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2016.
- Rista, Yulia, dan Ashaluddin Jalil. "Gaya Hidup Hedonis Mahasiswa di Kota Pekanbaru." *JOM Fisip* No. 1/Januari-Juni 2021.
- Rizki, Avuan Muhammad. *7 Jalan Mahasiswa*. Sukabumi: Jejak, 2018.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Kerahasiaan Al-Qur'an*. Vol. 15 Juz 'Ammah. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Cet. ke-22. Bandung: Alfabeta, 2015.
- Taufik, Ahmad dan Nurwastuti Setyowati. *Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti untuk SMA/SMK Kelas X*. Jakarta: Kemendikbud-Ristek, 2021.
- Thahir, Andi. *Psikologi Perkembangan*. Lampung: Aura Publishing, 2018.
- Fitria, Tira Nur dan Iin Emy Prastiwi. "Budaya Hedonisme dan Konsumtif dalam Berbelanja Online Ditinjau dari Perspektif Ekonomi Syariah." *JIEI: Jurnal Ilmiah Ekonomi Islam* No. 3/2020.
- Trimartati, Novita. "Studi Kasus Tentang Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan." *Jurnal Psikopedagogia* No. 1/2014.
- Wibowo, Muhammad Arif, Arri Handayani, dan Farikha Wahyu Lestari. "Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonisme." *Jurnal* No. 1/Agustus 2023.

Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur'an. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Jakarta: Kementerian Agama RI, 1971.

Yusmita M, Suroso dan Niken Titi Pratitis. "Gaya Hidup Hedonisme pada Mahasiswa: Adakah Peranan Kontrol Diri dan Big Five Personality." *Inner: Journal of Psychological Research* No. 2/Agustus 2022.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Pelaksanaan Penelitian

**JADWAL PELAKSANAAN PENELITIAN
TAHUN 2023**

No	Keterangan	2023							
		Mei	Jun	Jul	Agt	Sep	Okt	Nov	Des
1	Penyusunan Proposal								
2	Seminar Proposal								
3	Pengurusan Izin dan Pengiriman Proposal								
4	Izin Dinas (Surat Menyurat)								
5	Penentuan Sampel Penelitian								
6	Kroscek Kevalidan Data								
7	Penelitian Lapangan								
8	Penulisan Laporan								
9	Sidang Munaqosyah								
10	Penggandaan Laporan dan Publikasi								

Lampiran 2 SK Pembimbing Skripsi



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; e-mail: fuad.iain@metrouniv.ac.id

Nomor : B-0475/In.28.4/D.1/PP.00.9/05/2023
Lampiran : -
Perihal : Penunjukan Pembimbing Skripsi

15 Mei 2023

Yth.
Al Halik, M.Pd
di -
Tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dalam rangka membantu mahasiswa dalam penyusunan Proposal dan Skripsi, maka Bapak/Ibu tersebut di atas, ditunjuk sebagai Pembimbing Skripsi mahasiswa :

Nama : Lena Liana
NPM : 1904030005
Fakultas : Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Self Control Mahasiswa Perantauan Dalam Menjauhi Hedonisme di Jurusan BPI Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Metro

Dengan ketentuan :

1 Pembimbing

Pembimbing membimbing mahasiswa sejak penyusunan Proposal sampai selesai Skripsi, mengoreksi out line, alat pengumpul data (APD)

Mahasiswa

Mahasiswa melakukan bimbingan dengan ketentuan sebagai berikut :

- a Pasca seminar Proposal mahasiswa wajib melakukan pendalaman BAB I, II dan III kepada pembimbing
 - b Mahasiswa mengajukan surat research setelah mendapat persetujuan (ACC) BAB I,II dan III dari Pembimbing
 - c Pengajuan Ujian Skripsi (Munaqasyah) minimal 1 bulan setelah surat research dikeluarkan.
- 2 Waktu penyelesaian Skripsi maksimal 4 (empat) semester sejak SK Bimbingan/Surat Penunjukan Pembimbing dikeluarkan.
- 3 Diwajibkan mengikuti Pedoman Penulisan Skripsi yang dikeluarkan oleh Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro Tahun 2018.
- 4 Banyaknya halaman Skripsi antara 40 s/d 70 halaman dengan ketentuan :
- a Pendahuluan ± 2/6 bagian.
 - b Isi ± 3/6 bagian.
 - c Penutup ± 1/6 bagian.

Demikian surat ini disampaikan untuk dimaklumi dan atas kesediaan Bapak/Ibu Dosen diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Wakil Dekan I
Bidang Akademik dan Kelembagaan



Khoirurrijal

Lampiran 3 Surat Izin Prasurvey



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; e-mail: fuad.iain@metrouniv.ac.id

Nomor : B-1491/In.28/J/TL.01/11/2022
Lampiran :-
Perihal : **IZIN PRASURVEY**

Kepada Yth.,
KETUA JURUSAN BIMBINGAN
PENYULUHAN ISLAM IAIN METRO
LAMPUNG
di-
Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dalam rangka penyelesaian Tugas Akhir/Skripsi, mohon kiranya Saudara berkenan memberikan izin kepada mahasiswa kami, atas nama :

Nama : **LENA LIANA**
NPM : 1904030005
Semester : 7 (Tujuh)
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : **SELF CONTROL MAHASISWA PERANTAU DALAM
MENJAUHI HEDONISME DI JURUSAN BPI FAKULTAS
USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH IAIN METRO
LAMPUNG**

untuk melakukan prasurvey di JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM IAIN METRO LAMPUNG, dalam rangka menyelesaikan Tugas Akhir/Skripsi.

Kami mengharapkan fasilitas dan bantuan Saudara untuk terselenggaranya prasurvey tersebut, atas fasilitas dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Metro, 21 November 2022
Ketua Jurusan,



Hamdi Abdul Karim S.IQ, M.Pd.I
NIP 19870208 201503 1 002

Lampiran 4 Surat Balasan Prasurvey



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296;

SURAT KETERANGAN

Nomor : B-0345/In.28.4/D/PP.00.9/03/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini, Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Metro, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Lena Liana
NPM : 1904030005
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Semester : Tujuh
Judul : "SELF CONTROL MAHASISWA PERANTAU DALAM MENJAUHI HEDONISME DI JURUSAN BPI FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH IAIN METRO LAMPUNG"

Telah melakukan *Prasurvey* pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Metro.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Metro, 28 Maret 2023
Dekan

AGUSWAN KHOTIBUL UMAM

ALAT PENGUMPUL DATA (APD)
INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME
MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI
IAIN METRO LAMPUNG

A. WAWANCARA

1. Variabel *Self Control*

Aspek	Indikator	Pertanyaan
Kontrol Perilaku (<i>Behavior control</i>)	a. Kemampuan mengatur pelaksanaan (<i>regulated administration</i>)	1) Bagaimana cara Anda bersenang-senang?
	b. Kemampuan memodifikasi stimulus (<i>stimulus modifiability</i>)	2) Bagaimana cara Anda mengatur kegiatan Anda yang berhubungan dengan kesenangan/kenikmatan?
Kontrol Kognitif (<i>Cognitive control</i>)	a. Kemampuan memperoleh informasi (<i>information gain</i>)	1) Bagaimana cara Anda memperoleh informasi mengenai hal-hal yang membuat Anda senang?
	b. Kemampuan melakukan penilaian (<i>appraisal</i>)	2) Bagaimana penilaian Anda terhadap dampak hedonisme bagi kehidupan Anda?
Kontrol Keputusan (<i>Decesional control</i>)	Kemampuan mengontrol keputusan	1) Apa yang akan Anda pilih antara kesenangan/kenikmatan jangka pendek dengan kesenangan/kenikmatan jangka panjang? Berikan alasannya. 2) Bagaimana sikap Anda jika dihadapkan dengan hal-hal yang membuat Anda kesulitan?

2. Variabel Hedonisme

Aspek	Indikator	Pertanyaan
Aktivitas (<i>Activity</i>)	a. Mengejar modernitas fisik	1) Bagaimana kegiatan Anda sehari-hari?
	b. Menghabiskan banyak uang berapapun yang dimiliki (konsumtif)	2) Bagaimana kegiatan yang bisa menghasilkan nilai kesenangan/ kenikmatan untuk Anda? 3) Apakah kesenangan/ kenikmatan tersebut memerlukan biaya yang banyak? Berikan alasannya.
Minat (<i>Interest</i>)	a. Memenuhi banyak keinginan spontan	1) Apakah Anda selalu memenuhi keinginan Anda? Berikan alasannya.
	b. Melakukan pembenaran dalam memenuhi kesenangan	2) Apakah menurut Anda hal yang Anda sukai/minat memiliki kesenangan/ kenikmatan bagi diri Anda? Berikan alasannya.
	c. Menginginkan kehidupan yang serba enak dan mudah	3) Apakah Anda selalu menginginkan hal-hal di sekitar Anda berjalan dengan mudah? Berikan alasannya.
Opini (<i>Opinion</i>)	a. Memiliki anggapan bahwa dunia adalah segalanya	1) Apakah menurut Anda kesenangan/kenikmatan adalah segalanya dan harus dipenuhi? Berikan alasannya.
	b. Memandang hidup sebagai sesuatu yang instan	2) Apakah Anda selalu memandang hidup sebagai sesuatu yang instan? Berikan alasannya.

B. OBSERVASI

No	Aspek Pengamatan	Keterangan	
		Ya	Tidak
1	Mengamati gaya hidup hedonis mahasiswa perantau pada program studi BPI IAIN Metro Lampung		
	a. Mahasiswa perantau senang menghabiskan waktu di luar rumah untuk bermain, bersenang-senang, pergi ke mall atau kafe		
	b. Mahasiswa perantau senang membeli barang-barang mahal yang kurang dibutuhkan		
	c. Mahasiswa perantau senang membeli barang-barang bermerek terkenal		
	d. Mahasiswa perantau senang menjadi pusat perhatian		
	e. Mahasiswa perantau senang dengan segala sesuatu yang praktis dan instan		
	f. Mahasiswa perantau tidak suka sesuatu yang menyulitkan dan cenderung menghindarinya		
2	Mahasiswa perantau memiliki media sosial yang masih aktif		

C. DOKUMENTASI

1. Foto selama kegiatan observasi, wawancara penelitian dan sebagainya
2. Foto kegiatan sehari-hari mahasiswa perantau pada program studi BPI IAIN Metro Lampung
3. Foto dan tulisan pribadi di media sosial mahasiswa perantau pada program studi BPI IAIN Metro Lampung
4. Catatan pengeluaran mahasiswa perantau pada program studi BPI IAIN Metro Lampung

Mengetahui,
Dosen Pembimbing



Al Halik, M.Pd

NIP. 199006222019031008

Metro, 25 Oktober 2023
Peneliti



Lena Liana

NPM. 1904030005

Lampiran 6 Hasil Wawancara Penelitian

HASIL WAWANCARA PENELITIAN
“INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME
MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG”

Nama Informan : DI

Tanggal Wawancara : Minggu, 19 November 2023

Waktu Wawancara : 13.00 – 15.00 WIB

Tempat Wawancara : Kosan DI

1. Variabel *Self Control*

Aspek	Indikator	Pertanyaan	Jawaban
Kontrol Perilaku (<i>Behavior control</i>)	a. Kemampuan mengatur pelaksanaan (<i>regulated administration</i>)	1) Bagaimana cara Anda bersenang-senang?	Biasanya nonton drakor dan anime. Kemudian memasak, menulis dan bercengkrama dengan teman di kosan. Yang paling saya sukai adalah bisa menikmati waktu sendiri atau <i>me time</i> di kamar tanpa diganggu siapapun sambil memakan masakan saya sendiri atau cokelat biasanya.
	b. Kemampuan memodifikasi stimulus (<i>stimulus modifiability</i>)	2) Bagaimana cara Anda mengatur kegiatan Anda yang berhubungan dengan kesenangan/kenikmatan?	Mengalir saja, saya tidak menetapkan kapan waktunya saya bersenang-senang, sewajarnya atau tidak berlebihan. Tapi biasanya, setelah saya menyelesaikan kewajiban saya sebagai

			<p>mahasiswa, misalnya pada hari Senin-Jumat mengerjakan skripsi, hari Sabtu dan Minggu saya buat sebagai hari libur sehingga saya bisa beristirahat dan bebas melakukan hal-hal yang saya sukai dengan batas waktu yang wajar.</p>
<p>Kontrol Kognitif (<i>Cognitive control</i>)</p>	<p>a. Kemampuan memperoleh informasi (<i>information gain</i>) b. Kemampuan melakukan penilaian (<i>appraisal</i>)</p>	<p>1) Bagaimana cara Anda memperoleh informasi mengenai hal-hal yang membuat Anda senang?</p>	<p>Pertama, membaca dan mencari tahu di berbagai media sosial, tentang hal-hal yang baru, baik tentang drama, ataupun aktivitas yang positif buat diri sendiri. Kedua, mencoba, misalnya dalam hal memasak, coba masak makanan yang sederhana terlebih dahulu kemudian dianalisis, saya merasa senang tidak dengan aktivitas tersebut, kalau senang dilanjutkan kalau tidak maka cari kesenangan yang lain seperti itu. Intinya mencari tahu dulu minat diri sendiri kemudian mencoba semua kegiatannya.</p>
		<p>2) Bagaimana penilaian Anda terhadap dampak hedonisme bagi kehidupan Anda?</p>	<p>Hedonisme itu punya dampak yang bervariasi bagi kehidupan, yaitu bisa positif atau negatif. Jika tujuan hidup hanya untuk mencari kenikmatan dan kebahagiaan yang sementara saja maka akan berdampak negatif bagi seseorang terutama bagi diri saya sendiri. Kalau saya tidak dapat menyeimbangkan antara kesenangan dan tanggung jawab saya sebagai manusia dan anak, bisa saja saya terlena dengan kenikmatan yang sementara, apalagi di zaman sekarang ini yang di</p>

			mana dapat dengan mudah menemukan kesenangan dan kebahagiaan melalui media sosial dan fasilitas-fasilitas yang serba instan ini.
Kontrol Keputusan (<i>Decesional control</i>)	Kemampuan mengontrol keputusan	1) Apa yang akan Anda pilih antara kesenangan/ kenikmatan jangka pendek dengan kesenangan/ kenikmatan jangka panjang? Berikan alasannya.	Kalau membicarakan soal pilihan antara kesenangan jangka pendek dan jangka panjang, pastinya saya memilih yang jangka panjang. Walaupun yang jangka pendek atau instan itu seru tetapi cuma bertahan sebentar. Kebahagiaan yang bertahan lama itu bisa lebih bermakna dan bisa membuat lebih hidup saja. Jadi, lebih seperti investasi jangka panjang dan buat kehidupan yang lebih baik, bukan hanya bahagia yang sebentar.
		2) Bagaimana sikap Anda jika dihadapkan dengan hal-hal yang membuat Anda kesulitan?	Kalau sedang dihadapkan sama masalah, saya pribadi memilih untuk menuliskannya di buku atau <i>journaling</i> dan mencari solusinya sendiri terlebih dahulu, tetapi tidak jarang saya bercerita/curhat kepada orang lain (teman dekat). Tergantung <i>mood</i> dan masalah saja, kalau bersifat sangat pribadi maka cari solusinya sendiri, kalau yang sekiranya bisa dibagikan ke orang lain maka cerita. Yang pasti, saya menyadari bahwa setiap kesulitan bisa jadi peluang buat tumbuh dan belajar. Jadi dihadapi saja semampunya, kalau tidak mampu maka minta tolong atau curhat saja sama teman dan yang paling utama minta pertolongan sama Allah

			terlebih dahulu.
--	--	--	------------------

2. Variabel Hedonisme

Aspek	Indikator	Pertanyaan	Jawaban
Aktivitas (<i>Activity</i>)	a. Mengejar modernitas fisik b. Menghabiskan banyak uang berapapun yang dimiliki (konsumtif)	1) Bagaimana kegiatan Anda sehari-hari?	Kegiatannya kalau di kosan kadang masak, bersih-bersih, terkadang menulis buku <i>diary</i> untuk menjelaskan masalah yang sedang saya hadapi serta melihat bagaimana respons saya terhadap masalah tersebut, agar dapat menjadi bahan evaluasi untuk diri saya di kemudian hari. Tapi paling sering bermain HP, untuk bersosial media, menonton drakor/anime, membaca dan rebahan. Kadang-kadang jalan-jalan pagi keliling di sekitar kosan dan akhir-akhir ini sering pergi ke perpustakaan. Hanya seperti itulah kegiatan saya.
		2) Bagaimana kegiatan yang bisa menghasilkan nilai kesenangan/ kenikmatan untuk Anda?	Menonton drakor, menulis, membaca, kadang-kadang membuat kue, <i>journaling</i> , menjahit, dan belajar hal-hal yang baru.
		3) Apakah kesenangan/ kenikmatan tersebut memerlukan biaya yang banyak? Berikan alasannya.	Kegiatan yang saya lakukan untuk kesenangan tersebut tidak terlalu banyak memakan biaya, karena saya anak rantau yang harus pandai mengatur uang saku jadi sebisa mungkin saya memilih kegiatan yang tidak

			membutuhkan banyak dana namun tetap bisa memberikan kebahagiaan bagi diri saya.
Minat (<i>Interest</i>)	<ul style="list-style-type: none"> a. Memenuhi banyak keinginan spontan b. Melakukan pembenaran dalam memenuhi kesenangan c. Menginginkan kehidupan yang serba enak dan mudah 	1) Apakah Anda selalu memenuhi keinginan Anda? Berikan alasannya.	Tidak, saya selalu memberikan batasan kepada diri saya untuk tidak terus-menerus memenuhi keinginan saya dan harus bisa membedakan mana yang kebutuhan dan mana yang memang hanya keinginan saja, karena hal tersebut akan membuat saya melupakan prioritas saya, mengabaikan yang saya butuhkan dan membuat saya terlalu terjebak dalam zona nyaman sehingga malas melakukan hal-hal lain.
		2) Apakah menurut Anda hal yang Anda sukai/minat memiliki kesenangan/kenikmatan bagi diri Anda? Berikan alasannya.	Tentunya iya, hal yang saya lakukan itu dapat membuat saya merasa bahagia dan mampu meminimalisir stres yang saya hadapi. Salah satu contohnya, ketika saya sedang menghadapi tekanan hidup/masalah pastinya akan merasa stres. Maka untuk menghilangkan perasaan stres itu saya melakukan <i>journaling</i> , setelah itu perasaan saya menjadi lebih baik dan beban yang saya rasakan tadi bisa lebih ringan.
		3) Apakah Anda selalu menginginkan hal-hal di sekitar Anda berjalan dengan mudah? Berikan alasannya.	Pastinya iya, setiap orang itu memiliki keinginan dan harapan masing-masing dengan kehidupan mereka. Tapi pada kenyataannya, hidup sering kali tidak selalu berjalan sesuai dengan keinginan kita. Karena banyak hal yang bisa mempengaruhi bagaimana kehidupan berjalan dan tidak bisa dikendalikan oleh diri kita sendiri,

			seperti kondisi lingkungan, pendapat orang lain, dan takdir yang telah ditetapkan oleh Allah. Maka dari itu pentingnya bagi manusia terutama saya sendiri untuk memiliki kemampuan yang baik untuk beradaptasi dalam menghadapi perubahan yang terjadi dalam kehidupan.
Opini (<i>Opinion</i>)	<p>a. Memiliki anggapan bahwa dunia adalah segalanya</p> <p>b. Memandang hidup sebagai sesuatu yang instan</p>	1) Apakah menurut Anda kesenangan/kenikmatan adalah segalanya dan harus dipenuhi? Berikan alasannya.	Kalau bagi saya kesenangan yang saya lakukan saat ini bukanlah segalanya dan harus senantiasa dipenuhi karena masih banyak hal-hal lain yang lebih penting dan menjadi prioritas saya dalam hidup yang di mana hal tersebut lebih memiliki nilai bahagia dalam jangka waktu yang panjang. Kesenangan yang saya lakukan saat ini hanya sekedar menjadi kesenangan sementara di kala hidup saya terasa berat.
		2) Apakah Anda selalu memandang hidup sebagai sesuatu yang instan? Berikan alasannya.	Tidak, karena hidup adalah perjalanan yang sangat panjang, penuh dengan perjuangan dan pembelajarannya, serta pencapaian. Melalui pengalaman yang didapatkan selama hidup bermasyarakat dan berada di berbagai tempat yang berbeda membuat diri saya berkembang menjadi pribadi yang lebih baik dan dari setiap pengalaman yang saya rasakan memberikan pelajaran berharga. Intinya hidup itu menjadi kesempatan bagi saya untuk tumbuh dan berkembang sebaik-baiknya.

HASIL WAWANCARA PENELITIAN
“INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME
MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG”

Nama Informan : IF

Tanggal Wawancara : Kamis, 9 November 2023

Waktu Wawancara : 13.00 – 15.00 WIB

Tempat Wawancara : Kosan IF

1. Variabel *Self Control*

Aspek	Indikator	Pertanyaan	Jawaban
Kontrol Perilaku (<i>Behavior control</i>)	a. Kemampuan mengatur pelaksanaan (<i>regulated administration</i>) b. Kemampuan memodifikasi stimulus (<i>stimulus modifiability</i>)	1) Bagaimana cara Anda bersenang-senang?	Sejujurnya yang buat senang pertama kali itu saya pasti akan bermain <i>game</i> . Tapi saya bermain dengan sewajarnya, walaupun bermain <i>game</i> bisa membuat saya senang namun saya tidak keasyikan bermain <i>game</i> karena itu pasti saya akan melupakan tugas-tugas yang sudah menanti, jadi yang terpenting saya akan bermain <i>game</i> sampai hati menjadi ringan kembali. Selain itu saya akan mencari kesenangan lain dengan cara mencoba resep-resep baru karena saya sangat suka sekali memasak.

		2) Bagaimana cara Anda mengatur kegiatan Anda yang berhubungan dengan kesenangan/kenikmatan?	<p>Saya akan bermain <i>game</i> pada saat benar-benar senggang. Artinya bermain <i>game</i> dapat dilakukan jika pada waktu istirahat dan memiliki waktu bermain atau pada saat pekerjaan dan kewajiban sudah selesai dilakukan semuanya.</p> <p>Kalau untuk memasak saya akan melakukan pada saat bosan dan tidak memiliki pekerjaan atau kewajiban yang begitu darurat sehingga memiliki waktu senggang yang cukup untuk memasak. Biasanya waktu ini datang ketika sedang liburan dan tidak memiliki kegiatan untuk pergi ke luar rumah. Waktu ini dapat digunakan untuk memasak makanan yang saya sukai.</p>
Kontrol Kognitif (<i>Cognitive control</i>)	a. Kemampuan memperoleh informasi (<i>information gain</i>)	1) Bagaimana cara Anda memperoleh informasi mengenai hal-hal yang membuat Anda senang?	<p>Saya mulai bermain <i>game</i> awalnya dari teman yang saya temui tahun 2019, setelah itu saya mencoba <i>game</i> tersebut karena penasaran dan ternyata setelah bermain ketagihan akhirnya mengunduh juga <i>game</i> tersebut dan alhasil menjadi keterusan sampai sekarang dan sudah menjadi bagian dari hobi.</p>
	b. Kemampuan melakukan penilaian (<i>appraisal</i>)	2) Bagaimana penilaian Anda terhadap dampak hedonisme bagi kehidupan Anda?	<p>Tentu berdampak buruk karena hedonisme itu termasuk konsumtif. Hal ini akan merugikan diri sendiri karena bisa mengarah pada kebangkrutan, mengeluarkan uang secara cuma-cuma tanpa memikirkan kebutuhan diri sendiri. Membeli barang-barang yang tidak dibutuhkan atau tidak terlalu mendesak tetap dibeli dan akhirnya nanti</p>

			tidak akan terpakai. Membeli barang bukan dilihat dari kebutuhan, tetapi demi kesenangan semata.
Kontrol Keputusan (<i>Decesional control</i>)	Kemampuan mengontrol keputusan	1) Apa yang akan Anda pilih antara kesenangan/ kenikmatan jangka pendek dengan kesenangan/ kenikmatan jangka panjang? Berikan alasannya.	<p>Kalau itu saya akan memilih kesenangan jangka panjang, karena kesenangan jangka panjang itu juga termasuk kesenangan dalam hubungan interpersonal, merasakan kepuasan dalam mengerjakan sesuatu dan aktivitas yang dilakukan, memenuhi kebutuhan dasar hidup, memiliki tujuan hidup yang jelas, dan memiliki koneksi dengan sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri, seperti kepercayaan atau spiritualitas.</p> <p>Kesenangan jangka panjang juga melibatkan keseimbangan antara kepuasan materi dan spiritual, serta kemampuan untuk mengatasi stres dan rasa tidak bahagia dengan cara yang sehat dan positif. Misalnya kesenangan jangka panjang itu didapat bukan dari uang saja tapi hubungan yang sehat dan bahagia dengan keluarga, pasangan, atau teman dekat.</p>
		2) Bagaimana sikap Anda jika dihadapkan dengan hal-hal yang membuat Anda kesulitan?	<p>Misalnya saat saya menghadapi tugas yang mendesak, biasanya saya pasti akan stres duluan. Cara menghadapinya, saya akan membuat diri ini menjadi nyaman dan tenang terlebih dahulu supaya tidak stres ataupun kepikiran. Dengan cara membaca novel, bermain <i>game</i> dan mendengarkan musik dan membuat diri ini nyaman. Lalu kemudian saya akan membuat langkah kerja biar</p>

			tugas lebih cepat selesai, dimulai dengan mengerjakan tugas yang mudah terlebih dahulu, lalu kalau pun ada tugas yang sulit biasanya saya akan mengajak teman untuk berdiskusi supaya tugasnya lebih ringan.
--	--	--	--

2. Variabel Hedonisme

Aspek	Indikator	Pertanyaan	Jawaban
Aktivitas (<i>Activity</i>)	a. Mengejar modernitas fisik b. Menghabiskan banyak uang berapapun yang dimiliki (konsumtif)	1) Bagaimana kegiatan Anda sehari-hari?	Keseharian saya seperti belajar, membantu orang tua, dan lain-lain. Di pagi hari bangun, setelah itu sholat, setelah itu biasa membantu ibuku memasak, kadang juga membantu ibu dan beres-beres rumah dengan menyapu rumah. Setelah menyapu di situ kadang saya merasa bosan, tidak ada lagi pekerjaan yang saya lakukan. Hanya menonton drama, buka Youtube, dan bermain media sosial. Itu biasa saya lakukan sangat lama, dan berulang-ulang, karena memang tidak ada lagi yang dilakukan.
		2) Bagaimana kegiatan yang bisa menghasilkan nilai kesenangan/ kenikmatan untuk Anda?	Saya sangat suka melakukan hal-hal yang berhubungan dengan makanan, karena itulah saya suka memasak karena dengan memasak tentunya akan melatih fokus aku ketika perasaan lagi <i>down</i> . Karena saat memasak dengan penuh kesadaran dan fokus, maka makanan yang saya masak akan matang dengan berhasil dan dengan

			<p>rasa yang pas. Dan itu membuat saya merasa senang, dan <i>mood</i> kembali normal dengan memakan masakan yang saya buat.</p>
		3) Apakah kesenangan/ kenikmatan tersebut memerlukan biaya yang banyak? Berikan alasannya.	<p>Tidak tentu. Untuk biaya <i>game</i> biasa cuma kuota, kuota juga dipakai buat kuliah sama media sosial. Terus masak juga buat makan sehari-hari juga jadi tidak tentu. Itu pun masuk ke pengeluaran harian.</p>
Minat (<i>Interest</i>)	<p>a. Memenuhi banyak keinginan spontan b. Melakukan pembenaran dalam memenuhi kesenangan c. Menginginkan kehidupan yang serba enak dan mudah</p>	1) Apakah Anda selalu memenuhi keinginan Anda? Berikan alasannya.	<p>Saya akan menahan diri untuk keinginan tersebut, kalau pun saya menginginkan sesuatu dan tercapai keinginan tersebut, pasti saya akan mengalami rasa menyesal setelah keinginan itu tercapai, lalu akan membuat saya menjadi kepikiran terus-menerus dan menyebabkan saya menjadi stres berat.</p>
		2) Apakah menurut Anda hal yang Anda sukai/minat memiliki kesenangan/ kenikmatan bagi diri Anda? Berikan alasannya.	<p>Tentu saja. Karena saat memasak dengan penuh kesadaran dan fokus, maka makanan yang saya masak akan matang dengan berhasil dan dengan rasa yang pas. Dan itu membuat saya merasa senang dan <i>mood</i> kembali normal dengan memakan masakan yang saya buat.</p>
		3) Apakah Anda selalu menginginkan hal-hal di sekitar Anda berjalan dengan mudah? Berikan alasannya.	<p>Siapa di zaman sekarang yang tidak mau dengan kemudahan. Zaman di mana semuanya bisa dibeli dengan mudah di <i>marketplace</i> yang tersedia di online. Tinggal pesan dan tunggu barang datang. Tetapi pastinya tidak semua yang</p>

			kita inginkan itu selalu mudah. Ada juga hal yang berharga dan luar biasa yang semuanya harus diupayakan melalui kerja keras dan pengorbanan.
Opini (<i>Opinion</i>)	<p>a. Memiliki anggapan bahwa dunia adalah segalanya</p> <p>b. Memandang hidup sebagai sesuatu yang instan</p>	1) Apakah menurut Anda kesenangan/kenikmatan adalah segalanya dan harus dipenuhi? Berikan alasannya.	Boleh-boleh saja asalkan uangnya ada. Namun, alangkah baiknya jika saya selaku kaum perempuan lebih mengutamakan sesuatu yang sesuai kebutuhan terlebih dahulu sebelum memenuhi kesenangan yang tidak dibutuhkan, sekali pun itu sangat menggurikan. Karena dengan hemat dan bijak dalam memenuhi kebutuhan dapat menenangkan hati dan pikiran sendiri. Memang kesenangan seperti <i>hang out</i> dan berbelanja bersama teman di tempat-tempat yang menyediakan segala kebutuhan sungguh sangat menyenangkan. Hitung-hitung bisa juga sembari <i>refreshing</i> untuk cuci mata. Namun, saya berprinsip untuk berbelanja sesuai kebutuhan saja bukan karena keinginan semata.
		2) Apakah Anda selalu memandang hidup sebagai sesuatu yang instan? Berikan alasannya.	Dalam menjalani kehidupan, kita harus senantiasa bekerja keras untuk meraih apa yang kita inginkan. Tidak ada sesuatu yang instan, semua perlu waktu dan usaha untuk menggapainya. Tidak ada yang didapatkan dengan mudah, apalagi jika itu sesuatu yang berharga.

HASIL WAWANCARA PENELITIAN
“INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME
MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG”

Nama Informan : WI

Tanggal Wawancara : Kamis, 23 November 2023

Waktu Wawancara : 13.00 – 15.00 WIB

Tempat Wawancara : Kosan WI

1. Variabel *Self Control*

Aspek	Indikator	Pertanyaan	Jawaban
Kontrol Perilaku (<i>Behavior control</i>)	a. Kemampuan mengatur pelaksanaan (<i>regulated administration</i>)	1) Bagaimana cara Anda bersenang-senang?	Caranya dengan melakukan hal yang saya suka. Tidak harus mewah tetapi bisa membuat saya merasa sedikit lebih senang.
	b. Kemampuan memodifikasi stimulus (<i>stimulus modifiability</i>)	2) Bagaimana cara Anda mengatur kegiatan Anda yang berhubungan dengan kesenangan/kenikmatan?	Cara mengaturnya jika ada waktu luang dan memang saya lagi butuh <i>refreshing/healing</i> . Tidak harus setiap hari atau setiap saat untuk memenuhi keinginannya, tapi lebih ke butuh, butuh waktu atau jeda untuk melakukan hal yang membuat saya senang.
Kontrol Kognitif	a. Kemampuan	1) Bagaimana cara Anda	Saya memperoleh informasi biasanya dari

<i>(Cognitive control)</i>	memperoleh informasi <i>(information gain)</i>	memperoleh informasi mengenai hal-hal yang membuat Anda senang?	teman yang memang dekat dengan saya, atau lihat di media sosial dan ini bagus atau cocok untuk saya kunjungi. Mencari tempat yang bagus tapi terjangkau harganya untuk anak kosan.
	b. Kemampuan melakukan penilaian <i>(appraisal)</i>	2) Bagaimana penilaian Anda terhadap dampak hedonisme bagi kehidupan Anda?	Menurut saya dampaknya negatif. Karena mereka yang melakukan hedonisme tidak bisa membedakan antara keinginan dan kebutuhan, yang mereka lakukan adalah hanya untuk bersenang-senang sesaat.
Kontrol Keputusan <i>(Decesional control)</i>	Kemampuan mengontrol keputusan	1) Apa yang akan Anda pilih antara kesenangan/kenikmatan jangka pendek dengan kesenangan/kenikmatan jangka panjang? Berikan alasannya.	Tentu kalau untuk saya, saya memilih kesenangan/kenikmatan jangka panjang. Karena saya merasa hidup itu tidak sesaat dan tidak hanya tentang kesenangan sesaat, yang setelah melakukannya akan hilang dan habis begitu saja. Saya lebih memikirkan jika memang jangka panjang ini bisa dilakukan dan dampaknya lebih positif ke saya maka kenapa tidak saya lakukan.
		2) Bagaimana sikap Anda jika dihadapkan dengan hal-hal yang membuat Anda kesulitan?	Saya akan mencari jalan keluarnya. Karena saya yakin setiap ada kesulitan pasti ada kemudahan di dalamnya, jika kita berusaha mencari jalan keluar maka akan dapat solusi. Tidak ada yang mudah di dunia ini. Jika memang hal itu sangatlah sulit untuk saya, biasanya saya berdoa kepada Allah memohon untuk bisa diberikan jalan keluar yang baik dan diberikan kemudahan setelahnya.

2. Variabel Hedonisme

Aspek	Indikator	Pertanyaan	Jawaban
Aktivitas (<i>Activity</i>)	a. Mengejar modernitas fisik b. Menghabiskan banyak uang berapapun yang dimiliki (konsumtif)	1) Bagaimana kegiatan Anda sehari-hari?	Kegiatan saya sehari-hari sebagai anak rantau biasanya saya melakukan kegiatan sehari-hari seperti mencuci, beres-beres, mengerjakan tugas, dan sebagainya.
		2) Bagaimana kegiatan yang bisa menghasilkan nilai kesenangan/ kenikmatan untuk Anda?	Kegiatan yang membuat saya senang itu nonton drakor. Selain itu mendatangi tempat wisata, kuliner, atau <i>fashion</i> sebagai anak perempuan. Tapi saya tidak setiap hari dan setiap saat melakukannya. hanya sesekali saja, dan jika memang itu ada hal yang membuat saya ingin ke sana, lebih ke butuh biasanya.
		3) Apakah kesenangan/ kenikmatan tersebut memerlukan biaya yang banyak? Berikan alasannya.	Tergantung tempatnya. Biasanya saya memilih tempat yang memang cocok harganya dengan anak kosan yang sedang merantau seperti saya. Saya bukan orang yang harus datang ke tempat-tempat mahal, tetapi saya datang karena saya butuh itu agar membuat saya sedikit senang.
Minat (<i>Interest</i>)	a. Memenuhi banyak keinginan spontan b. Melakukan pembenaran	1) Apakah Anda selalu memenuhi keinginan Anda? Berikan alasannya.	Tidak. Karena seperti yang sudah saya bilang tadi saya lebih ke butuh itu bukan ke keinginan yang setiap saat harus saya lakukan. Jika itu memang hal yang saya butuhkan, maka saya akan memenuhinya.
		2) Apakah menurut Anda hal	Iya, tentu. Karena saya suka maka saya akan

	dalam memenuhi kesenangan c. Menginginkan kehidupan yang serba enak dan mudah	yang Anda sukai/minat memiliki kesenangan/kenikmatan bagi diri Anda? Berikan alasannya.	merasa senang. Dengan senang maka saya akan bahagia, tidak stres. Karena sesekali saya membutuhkan hiburan atau hal yang membuat saya merasa lebih senang.
		3) Apakah Anda selalu menginginkan hal-hal di sekitar Anda berjalan dengan mudah? Berikan alasannya.	Iya, tentu. Karena setiap hal yang saya lakukan saya meminta kepada Allah untuk dimudahkan jalannya, dan saya bisa menjalaninya. Karena terkadang saya merasa kesulitan melakukan sesuatu dan saya merasa tidak ada yang peduli dengan saya. Jadi saya berdoa untuk dipermudah agar saya bisa menjalaninya.
Opini (<i>Opinion</i>)	a. Memiliki anggapan bahwa dunia adalah segalanya	1) Apakah menurut Anda kesenangan/kenikmatan adalah segalanya dan harus dipenuhi? Berikan alasannya.	Tidak, tidak semua hal harus dipenuhi. Saya lebih melihat lebih ke butuh atau tidak. Jika saya butuh maka sesekali saya melakukannya, tidak setiap saat. Karena jika kita melakukan kesenangan setiap saat dan hanya memikirkan kesenangan sesaat itu akan berdampak buruk terhadap diri kita. Bisa jadi kita bisa menjadi orang yang hedonisme.
	b. Memandang hidup sebagai sesuatu yang instan	2) Apakah Anda selalu memandang hidup sebagai sesuatu yang instan? Berikan alasannya.	Tidak. Hidup adalah sebuah proses dan proses itu melewati hal-hal yang panjang. Hidup bukan semata-mata untuk kesenangan belaka, tapi bagaimana cara kita hidup dengan berproses. Berproses menjadi orang yang lebih baik dan berdampak untuk sekitar. Jadi bukan secara instan menjalaninya.

HASIL WAWANCARA PENELITIAN
“INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME
MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG”

Nama Informan : HA

Tanggal Wawancara : Senin, 16 November 2023

Waktu Wawancara : 13.00 – 15.00 WIB

Tempat Wawancara : Kosan HA

1. Variabel *Self Control*

Aspek	Indikator	Pertanyaan	Jawaban
Kontrol Perilaku (<i>Behavior control</i>)	a. Kemampuan mengatur pelaksanaan (<i>regulated administration</i>)	1) Bagaimana cara Anda bersenang-senang?	Cara aku bersenang-senang itu dengan kumpul sama teman-teman aku. Seringnya nonton konser sama nongkrong-nongkrong di kafe atau mall begitu.
	b. Kemampuan memodifikasi stimulus (<i>stimulus modifiability</i>)	2) Bagaimana cara Anda mengatur kegiatan Anda yang berhubungan dengan kesenangan/kenikmatan?	Tidak ada jadwal khusus, kalau lagi pada ingin berkumpul maka berangkat. Paling kalau konser ada waktu-waktunya. Itu tinggal pesan tiket terus tunggu hari H-nya. Aku lumayan sering melakukan kesenangan.
Kontrol Kognitif	a. Kemampuan	1) Bagaimana cara Anda	Dari teman. Seperti dikasih tahu kalau ada

(Cognitive control)	memperoleh informasi (<i>information gain</i>)	memperoleh informasi mengenai hal-hal yang membuat Anda senang?	konser di sini tanggal sekian. Aku juga sering cari tahu sendiri lewat Instagram tentang konser-konser atau kafe mana yang kira-kira estetik, hits sama asyik buat nongkrong.
	b. Kemampuan melakukan penilaian (<i>appraisal</i>)	2) Bagaimana penilaian Anda terhadap dampak hedonisme bagi kehidupan Anda?	Hedonis memiliki dampak buruk. Uang transferan aku mudah habis soalnya aku sendiri suka <i>hedone</i> , habis seru banget nonton konser sama nongkrong. Hitung-hitung menghilangkan stres gara-gara kuliah terutama skripsi. Aku sendiri menganggap hedonis aku itu dengan senang-senang selagi ada uangnya. Meskipun aku sering kehabisan uang kalau habis nongkrong atau nonton konser. Tapi untungnya orang tua aku tidak mempermasalahkannya selagi aku senang. Apalagi aku anak bungsu.
Kontrol Keputusan (<i>Decisional control</i>)	Kemampuan mengontrol keputusan	1) Apa yang akan Anda pilih antara kesenangan/kenikmatan jangka pendek dengan kesenangan/kenikmatan jangka panjang? Berikan alasannya.	Dua-duanya. Jangka pendek seperti nongkrong dan nonton konser, jadi dilakukan hanya saat itu. Selagi masih muda, masih segar dan cantik. Jadi mencari kesenangan yang ada-ada dulu. <i>YOLO, You Only Live Once</i> . Takutnya menahan diri saat muda tetapi tidak hidup sampai tua, jadi sayang. Tapi aku kadang memikirkan jangka panjang juga. Tapi baru berpikir, belum ada <i>action</i> -nya.
		2) Bagaimana sikap Anda jika dihadapkan dengan hal-hal yang membuat Anda	Jujur kalau aku menghadapi kesulitan aku langsung stres. Misalnya tugas kuliah, aku kalau tidak bisa maka menghubungi joki tugas, kasih

		kesulitan?	uang beres tugasku. Kalau ingin barang atau makan tapi malas keluar tinggal online. Selagi ada yang mudah aku menghindari yang susah.
--	--	------------	---

2. Variabel Hedonisme

Aspek	Indikator	Pertanyaan	Jawaban
Aktivitas (<i>Activity</i>)	a. Mengejar modernitas fisik b. Menghabiskan banyak uang berapapun yang dimiliki (konsumtif)	1) Bagaimana kegiatan Anda sehari-hari?	Kegiatan sehari-hari aku sama seperti mahasiswa tingkat akhir biasanya. Tapi aku belum mengerjakan skripsiku. Paling kalau aku kegiatan wajib dalam seminggu itu nongkrong, nonton konser atau <i>traveling</i> . Bosan kalau di kosan terus.
		2) Bagaimana kegiatan yang bisa menghasilkan nilai kesenangan/ kenikmatan untuk Anda?	Itu tadi, pokoknya yang seru-seru, nongkrong, nonton konser, <i>travelling</i> .
		3) Apakah kesenangan/ kenikmatan tersebut memerlukan biaya yang banyak? Berikan alasannya.	Jujur iya aku sangat boros. Kalau nongkrong biasa aku milih kafe yang bagus dan terkenal jadi menunya agak mahal. Kalau nonton konser ada tiketnya, kadang mahal kadang murah. Terus belum lagi kalau konsernya agak jauh contohnya di Balam, berarti aku butuh biaya transportasi, makan berat dan makanan ringan, belum lagi pakaian aku.
Minat (<i>Interest</i>)	a. Memenuhi	1) Apakah Anda selalu	Kebanyakan iya, soalnya seperti <i>self</i>

	<p>banyak keinginan spontan</p> <p>b. Melakukan pembenaran dalam memenuhi kesenangan</p> <p>c. Menginginkan kehidupan yang serba enak dan mudah</p>	<p>memenuhi keinginan Anda? Berikan alasannya.</p>	<p><i>reward</i>. Harus menyenangkan diri sendiri pokoknya. Apalagi kalau uangnya sudah tersedia. Jadi kenapa tidak dipenuhi?</p>
		<p>2) Apakah menurut Anda hal yang Anda sukai/minat memiliki kesenangan/kenikmatan bagi diri Anda? Berikan alasannya.</p>	<p>Iya. Aku nongkrong, nonton konser, terus <i>travelling</i> dengan tujuan agar senang dan menghilangkan stres.</p>
		<p>3) Apakah Anda selalu menginginkan hal-hal di sekitar Anda berjalan dengan mudah? Berikan alasannya.</p>	<p>Seperti yang aku bilang sebelumnya, kalau ada yang mudah mengapa dipersusah? Kalau susah mengerjakan tugas tinggal panggil joki, kalau ingin makan atau barang tapi malas keluar tinggal pesan online.</p>
Opini (<i>Opinion</i>)	<p>a. Memiliki anggapan bahwa dunia adalah segalanya</p> <p>b. Memandang hidup sebagai sesuatu yang instan</p>	<p>1) Apakah menurut Anda kesenangan/kenikmatan adalah segalanya dan harus dipenuhi? Berikan alasannya.</p>	<p>Iya. Kalau tidak dipenuhi nanti stres sendiri. Masa tidak menikmati hidup. Selagi aku punya uang aku bakal melakukan semua yang membuat aku senang.</p>
		<p>2) Apakah Anda selalu memandang hidup sebagai sesuatu yang instan? Berikan alasannya.</p>	<p>Aku suka yang instan-instan, seperti mie instan. Tapi aku sadar tidak semua hal bisa dicapai secara instan. Seperti lulus kuliah ini, aku perlu menyelesaikan skripsi dulu. Tetapi tetap saja aku selalu mengusahakan agar diri aku tidak mengeluarkan banyak tenaga.</p>

Lampiran 7 Hasil Observasi Penelitian

HASIL OBSERVASI PENELITIAN
“INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME
MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG”

Nama Informan : DI
 Tanggal Observasi : 7, 8, 10 November 2023
 Waktu Observasi : 12.30 – 16.30 WIB
 Tempat Observasi : Kosan DI, Kampus I IAIN Metro

No	Aspek Pengamatan	Keterangan		Hasil Pengamatan
		Ya	Tidak	
1	Mengamati gaya hidup hedonis mahasiswa perantau pada program studi BPI IAIN Metro Lampung			
	a. Mahasiswa perantau senang menghabiskan waktu di luar rumah untuk bermain, bersenang-senang, pergi ke mall atau kafe			DI hanya keluar kosan saat ada keperluan seperti belanja bahan makanan, barang dan keperluan kampus.
	b. Mahasiswa perantau senang membeli barang-barang mahal yang kurang dibutuhkan			DI hanya membeli barang ketika membutuhkan barang tersebut. Ia bahkan memiliki sepatu yang ia sol berkali-kali, karena menurutnya sepatu tersebut masih bagus hanya perlu diperbaiki sedikit. Ia juga menggunakan <i>smartphone</i> sampai benar-benar rusak.
	c. Mahasiswa perantau senang membeli barang-			DI tidak pernah membeli pakaian bermerek

	barang bermerek terkenal			terkenal yang mahal. Satu-satunya barang bermerek terkenal yang ia miliki adalah <i>smartphone</i> yang ia beli dengan harga kisaran dua juta rupiah.
	d. Mahasiswa perantau senang menjadi pusat perhatian			DI tidak suka menjadi pusat perhatian, sebisa mungkin ia ingin dirinya menjadi orang yang tidak menonjol dan tidak diperhatikan.
	e. Mahasiswa perantau senang dengan segala sesuatu yang praktis dan instan			DI lebih suka memasak makanan sendiri dibandingkan membeli makanan di luar. Hal ini ia lakukan karena ia memiliki penyakit yang membuatnya tidak bisa makan sembarang. Ketika menginginkan sesuatu, ia akan menunggu dirinya mencapai sesuatu yang menurutnya sebuah pencapaian sehingga ia bisa memenuhinya sebagai bentuk <i>self reward</i> .
	f. Mahasiswa perantau tidak suka sesuatu yang menyulitkan dan cenderung menghindarinya			DI selalu mengerjakan tugas kuliahnya lebih awal dari yang lain. Ketika ia menemui hal sulit ia akan mencari jalan keluar dan tidak menghindarinya.
2	Mahasiswa perantau memiliki media sosial yang masih aktif			DI memiliki media sosial yang masih aktif, yaitu Instagram dan WhatsApp. Ia jarang mengunggah postingan di keduanya, tetapi sesekali mengunggah status berupa kegiatan sehari-hari atau sekedar tentang hobinya.

HASIL OBSERVASI PENELITIAN
“INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME
MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG”

Nama Informan : IF
 Tanggal Observasi : 12, 13, 14 November 2023
 Waktu Observasi : 12.30 – 16.30 WIB
 Tempat Observasi : Kosan DI, Kampus I IAIN Metro

No	Aspek Pengamatan	Keterangan		Hasil Pengamatan
		Ya	Tidak	
1	Mengamati gaya hidup hedonis mahasiswa perantau pada program studi BPI IAIN Metro Lampung			
	a. Mahasiswa perantau senang menghabiskan waktu di luar rumah untuk bermain, bersenang-senang, pergi ke mall atau kafe			IF benar-benar sangat malas untuk keluar kosan, ia hanya keluar saat ada keperluan. Ia bahkan sering menggunakan jasa antar untuk memesan barang, meskipun tokonya dekat.
	b. Mahasiswa perantau senang membeli barang-barang mahal yang kurang dibutuhkan			IF hanya membeli barang-barang yang ia butuhkan. Di kosan ia hanya memiliki sedikit barang yang mana barang-barang tersebut adalah yang benar-benar dibutuhkan.
	c. Mahasiswa perantau senang membeli barang-			IF hanya menggunakan pakaian yang ia beli di

	barang bermerek terkenal			pasar tradisional dan di marketplace yang bukan merek terkenal. Satu-satunya barang bermerek terkenal yang ia miliki adalah <i>smartphone</i> dengan kisaran harga dua juta rupiah.
	d. Mahasiswa perantau senang menjadi pusat perhatian			IF benar-benar tidak suka menjadi pusat perhatian. Bahkan ketika perkuliahan ia jarang sekali bertanya, meskipun ia adalah orang yang rajin dan cerdas. Hal ini dikarenakan ia tidak suka dilihat terlalu lama oleh orang-orang. Ia lebih suka mencari nilai keaktifannya melalui tugas tertulis.
	e. Mahasiswa perantau senang dengan segala sesuatu yang praktis dan instan			IF memang suka berbelanja online karena ia menghindari keramaian. Tetapi ia memiliki hobi memasak yang membuatnya lebih suka memasak sendiri. Selain itu ketika ingin membeli sesuatu ia harus mencapai suatu keberhasilan dulu agar ia bisa membeli barang tersebut sebagai sebuah bentuk <i>self reward</i> .
	f. Mahasiswa perantau tidak suka sesuatu yang menyulitkan dan cenderung menghindarinya			IF selalu mengerjakan tugasnya, meskipun itu sulit ia tidak pernah menghindarinya. Bahkan ketika ia dihadapkan masalah-masalah perkuliahan, ia tetap berusaha menyelesaikannya.
2	Mahasiswa perantau memiliki media sosial yang masih aktif			IF memiliki media sosial yang masih aktif berupa Instagram dan WhatsApp. Ia jarang mengunggah postingan di keduanya, tetapi sesekali mengunggah status berupa kegiatan sehari-hari atau hal random.

HASIL OBSERVASI PENELITIAN
“INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME
MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG”

Nama Informan : IW
 Tanggal Observasi : 3, 17, 18 November 2023
 Waktu Observasi : 12.30 – 16.30 WIB
 Tempat Observasi : Kosan WI, Kampus I IAIN Metro

No	Aspek Pengamatan	Keterangan		Hasil Pengamatan
		Ya	Tidak	
1	Mengamati gaya hidup hedonis mahasiswa perantau pada program studi BPI IAIN Metro Lampung			
	a. Mahasiswa perantau senang menghabiskan waktu di luar rumah untuk bermain, bersenang-senang, pergi ke mall atau kafe			WI keluar rumah sesekali untuk membeli makanan ringan atau ketika ada keperluan. WI lebih senang menghabiskan waktu luangnya di <i>kosan</i> untuk mengerjakan tugas dan pekerjaannya.
	b. Mahasiswa perantau senang membeli barang-barang mahal yang kurang dibutuhkan			WI tidak senang membeli barang-barang mahal, ia lebih senang membeli barang-barang murah yang benar-benar ia butuhkan. WI bahkan menunggu tanggal kembar agar dapat diskon harga dan kupon gratis ongkir di sebuah marketplace.

	c. Mahasiswa perantau senang membeli barang-barang bermerek terkenal			WI tidak memiliki satu pun pakaian bermerek terkenal. Satu-satunya barang bermerek yang ia miliki adalah <i>smartphone</i> yang ia gunakan sejak kelas 2 SMA dengan harga kisaran dua juta rupiah.
	d. Mahasiswa perantau senang menjadi pusat perhatian			WI tidak suka menjadi pusat perhatian. Ketika di kampus ia lebih suka segera menyelesaikan keperluannya lalu pergi ke tempat yang tidak terlalu ramai. Bahkan ketika seminar proposal, ia memilih tidak memberi tahu siapapun agar tidak ada yang menghadiri seminar proposalnya.
	e. Mahasiswa perantau senang dengan segala sesuatu yang praktis dan instan			WI lebih sering memasak makanan sendiri dibandingkan membeli di luar. Hal ini ia lakukan agar ia bisa berhemat. Selain itu ketika ingin membeli sesuatu ia harus mengumpulkan uang dari jualan online dan jasa joki tugas yang ia jalankan.
	f. Mahasiswa perantau tidak suka sesuatu yang menyulitkan dan cenderung menghindarinya			WI tidak pernah menghindari tugas dan kuliah, ia selalu mengerjakan tugasnya tepat waktu dan tanpa bantuan orang lain. Bahkan WI membuka jasa joki tugas di mana selain tugas miliknya, ia juga harus mengerjakan tugas milik orang lain.
2	Mahasiswa perantau memiliki media sosial yang masih aktif			WI memiliki beberapa media sosial yang masih aktif, di antaranya yaitu Instagram, Facebook dan WhatsApp. Ia jarang mengunggah postingan, tetapi ia sesekali mengunggah di fitur story. Sedangkan di WhatsApp, WI lebih sering aktif mengunggah status yang berisikan promosi jualan online yang ia miliki.

HASIL OBSERVASI PENELITIAN
“INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME
MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG”

Nama Informan : HA

Tanggal Observasi : 20, 21, 22 November 2023

Waktu Observasi : 12.30 – 16.30 WIB

Tempat Observasi : Kosan HA, Kampus I IAIN Metro

No	Aspek Pengamatan	Keterangan		Hasil Pengamatan
		Ya	Tidak	
1	Mengamati gaya hidup hedonis mahasiswa perantau pada program studi BPI IAIN Metro Lampung			
	a. Mahasiswa perantau senang menghabiskan waktu di luar rumah untuk bermain, bersenang-senang, pergi ke mall atau kafe			HA senang menghabiskan waktunya di luar rumah seperti nongkrong di kafe, nonton konser dan <i>travelling</i> .
	b. Mahasiswa perantau senang membeli barang-barang mahal yang kurang dibutuhkan			HA senang membeli <i>skincare</i> terkenal yang berharga mahal meskipun <i>skincare</i> sebelumnya belum ia habiskan.
	c. Mahasiswa perantau senang membeli barang-barang bermerek terkenal			HA senang mengoleksi pakaian dan sepatu yang bermerek terkenal. Ia memiliki dua <i>smartphone</i> , satu yang bermerek biasa dan satu bermerek terkenal yang

			sering ia gunakan untuk berfoto dan bermain media sosial.
	d. Mahasiswa perantau senang menjadi pusat perhatian		HA senang mendapatkan perhatian dari orang-orang di sekitarnya. Ketika ia sedang nongkrong atau nonton di konser, ia cenderung akan berpakaian minim seperti <i>crop top</i> , tidak memakai hijab, serta memperlihatkan rambutnya yang diwarnai dan <i>styling</i> . Ia juga sering tampil bernyanyi di kafe.
	e. Mahasiswa perantau senang dengan segala sesuatu yang praktis dan instan		HA sering menggunakan jasa joki untuk menyelesaikan tugasnya. Ketika mengerjakan tugas kelompok, ia tidak ikut mengerjakan dan hanya membayar biaya print dan tenaga teman kelompoknya.
	f. Mahasiswa perantau tidak suka sesuatu yang menyulitkan dan cenderung menghindarinya		HA beberapa kali mengulang mata kuliah dikarenakan ia tidak mengerjakan tugas kuliahnya dan ketahuan menyontek tugas milik teman.
2	Mahasiswa perantau memiliki media sosial yang masih aktif		HA sangat aktif di media sosialnya, baik di Instagram, WhatsApp maupun di Tiktok. Ia sering mengunggah hal-hal yang menunjukkan kesenangan, seperti saat ia nongkrong di kafe, nonton konser atau sekedar video saat dirinya berjoget-joget ria.

Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian

1. Catatan Pengeluaran Informan DI

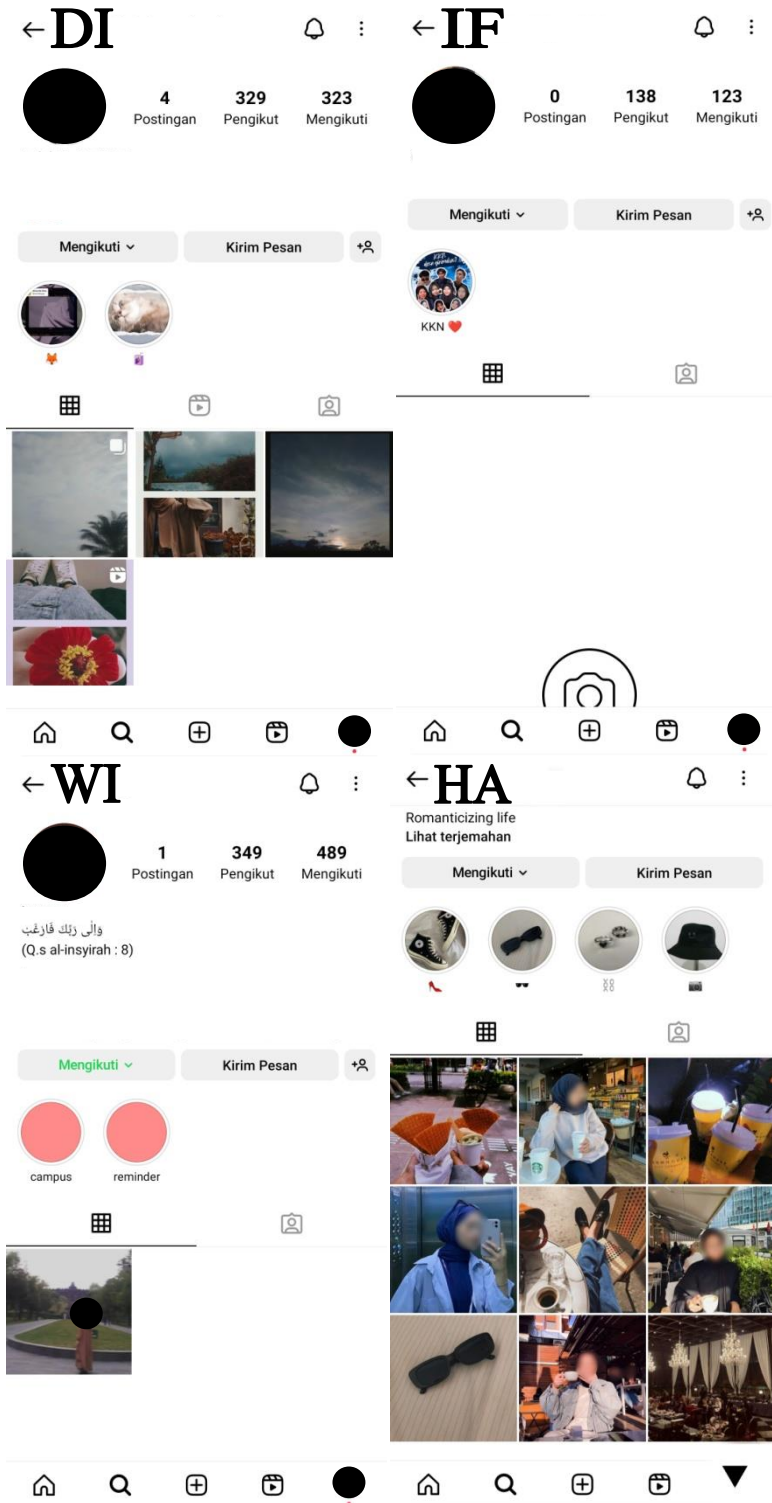
18 6 23 <input type="checkbox"/> Dokter Lagi : 296k <input type="checkbox"/> Apotik: 60k <input type="checkbox"/> Jajan: 40k 	15 Sep 23 <input type="checkbox"/> Belanja dkk: 82k 19 Sep 23 <input type="checkbox"/> Bamer/baput: 7k <input type="checkbox"/> Minyak goreng: 13k <input type="checkbox"/> Sayuran: 10k <input type="checkbox"/> Tempe: 3k <input type="checkbox"/> Gojek: 20k	10 Okt 23 <input type="checkbox"/> Gojek: 30k 11 Okt 23 <input type="checkbox"/> Buku: 150k <input type="checkbox"/> Sayuran dll: 42k
12 7 23 <input type="checkbox"/> Pulsa: 100k 17 7 23 <input type="checkbox"/> Klengkeng: 18k <input type="checkbox"/> Pir: 17k <input type="checkbox"/> Sayuran: 19k 	20 Sep 23 <input type="checkbox"/> Sayur: 12k <input type="checkbox"/> Jajan: 15k <input type="checkbox"/> Camilan: 22k 22 sep 23 <input type="checkbox"/> Print: 14k <input type="checkbox"/> Capcin: 6k <input type="checkbox"/> Sayur: 10k	13 Okt 23 <input type="checkbox"/> Pepaya: 8k <input type="checkbox"/> Bfc: 8k <input type="checkbox"/> Sayuran: 9k 16 Okt 23 <input type="checkbox"/> Gojek: 7k <input type="checkbox"/> Jajan+makan: 45k
1 Ag 23 <input type="checkbox"/> Rs: 327k <input type="checkbox"/> Minum: 15k 4 Ag 23 <input type="checkbox"/> Service Laptop: 450k <input type="checkbox"/> Makanan: 50k 12 Ag 23 <input type="checkbox"/> Legging: 50k <input type="checkbox"/> Sunscreen: 28k <input type="checkbox"/> Pulsa: 125k 13 Ag 23 <input type="checkbox"/> Pahawang: +200k 	25 Sep 23 <input type="checkbox"/> Gojek makan: 18k <input type="checkbox"/> Print: 13k <input type="checkbox"/> Sayuran: 14k <input type="checkbox"/> Galon: 5k 26 Sep 23 <input type="checkbox"/> Gojek makan: 19k <input type="checkbox"/> Sayuran: 7k <input type="checkbox"/> Mangga: 15k 29 Sep 23 <input type="checkbox"/> Telur 1/2 kg: 13k <input type="checkbox"/> Tahu +sayuran: 23k <input type="checkbox"/> Map: 11k 	18 Okt 23 <input type="checkbox"/> Basreng 1kg: 51k <input type="checkbox"/> Kacamata: 300k <input type="checkbox"/>: + 40k 26 Okt 23 <input type="checkbox"/> Print: 14k <input type="checkbox"/> Degan: 16k <input type="checkbox"/> Sayuran dkk: 15k 
3 Sep 23 <input type="checkbox"/> Martabak: 27k <input type="checkbox"/> Obat'an: 55K 7 Sep 23 <input type="checkbox"/> Ke Bidan: 50k <input type="checkbox"/> Camilan: 47k <input type="checkbox"/> Es krim (kenzo, cika): 15k 11 Sep 23 <input type="checkbox"/> Ongkos Mobil 120k 12 Sep 23 <input type="checkbox"/> Pulsa: 150k <input type="checkbox"/> Kebutuhan aku: 180k 13 Sep 23 <input type="checkbox"/> Mangga 2kg: 15k <input type="checkbox"/> Bfc: 8k <input type="checkbox"/> Degan: 8k 14 Sep 23 <input type="checkbox"/> Pakcoy: 3k <input type="checkbox"/> Tahu+daun bwng: 5k <input type="checkbox"/> Kunyit+jahe: 5k 16 Sep 23 <input type="checkbox"/> Sayuran: 9k <input type="checkbox"/> Telur 1/2 kg: 13k <input type="checkbox"/> Eskrim: 5k <input type="checkbox"/> Makanan: 18k	1 Okt 23 <input type="checkbox"/> Akhirnya 🛒 bagpack: 239k <input type="checkbox"/> Kaos kaki: 7k <input type="checkbox"/> Gojek Nasi: 15k 2 Okt 23 <input type="checkbox"/> Martabak dll: 35k 3 Okt 23 <input type="checkbox"/> Soklin: 11k <input type="checkbox"/> Tisu+shampo: 15k <input type="checkbox"/> Sayuran: 20k <input type="checkbox"/> Kecap asin: 8k 6 Okt 23 <input type="checkbox"/> Buah pir 2kg: 25k <input type="checkbox"/> Sayuran dll: 25k 8 Okt 23 <input type="checkbox"/> Kue: 6k <input type="checkbox"/> Sayur+ tahu: 8k <input type="checkbox"/> Apotik: 28k 9 Okt 23 <input type="checkbox"/> Bubur+kue: 8k <input type="checkbox"/> Bakso sore: 5k <input type="checkbox"/> Belanja TM: 51k	1 Nov 23 <input type="checkbox"/> Sayuran dkk: 35k <input type="checkbox"/> Degan: 16k <input type="checkbox"/> Jus: 5k 2 Nov 23 <input type="checkbox"/> Seblak: 23k <input type="checkbox"/> Capcin: 6k <input type="checkbox"/> Galon: 5k <input type="checkbox"/> Print: 8k 
		12 Nov 23 <input type="checkbox"/> Pulsa: 125k <input type="checkbox"/> Shopee: 110k <input type="checkbox"/> Capcin: 12k 15 Nov 23 <input type="checkbox"/> Print: 15k <input type="checkbox"/> Makanan: 37k <input type="checkbox"/> Tisu: 8k <input type="checkbox"/> Trevel Mesuji: 150K 18 Nov 23 <input type="checkbox"/> Camilan: 50k <input type="checkbox"/> Ke Pasar: 125k 19 Nov 23 <input type="checkbox"/> Trevel metro: 120k 21 Nov 23 <input type="checkbox"/> Shopee: 97k <input type="checkbox"/> Jus: 5k <input type="checkbox"/> Belanja: 32k 23 Nov 23 <input type="checkbox"/> Sate: 10k <input type="checkbox"/> Jus: 5k

2. Catatan Pengeluaran Informan WI

Pengeluaran/November		
30 November 23:40 1207 karakter		
🗑️🗑️ (30) ⇒ 800rb		
Tgl 1 ⇒ 16rb Sayur+Lauk (10rb); Bumbu (6rb)	Tgl 11 ⇒ 24rb Sayuran (10rb); Jajan (14rb)	Tgl 21 ⇒ 25rb Sayuran+bumbu (10rb); Mangga (15rb)
Tgl 2 ⇒ 25rb Geprek (10rb); Sayuran (10rb); Galon (5rb)	Tgl 12 ⇒ 20rb Sempol (10rb); Naspad (10rb)	Tgl 22 ⇒ 9rb Soto (6rb); Es Teh (3rb)
Tgl 3 ⇒ 30rb Print (15rb); Sayuran+bumbu (15rb)	Tgl 13 ⇒ 35rb Sayuran+bumbu (15rb); Buah (20rb)	Tgl 23 ⇒ 30rb Pulsa (25rb); Galon (5rb)
Tgl 4 ⇒ 35rb Ikan (15rb); Energen (20rb)	Tgl 14 ⇒ 18rb Telur 1/2 (13rb); Jajan (5rb)	Tgl 24 ⇒ 19rb Baterai (4rb); Sayuran+bumbu (15rb)
Tgl 5 ⇒ 31rb Pecel (6rb); Buah (25rb)	Tgl 15 ⇒ 10rb Sayur (5rb); Galon (5rb)	Tgl 25 ⇒ 18rb Sabun, dkk (10rb); Tisu (8rb)
Tgl 6 ⇒ 20rb Sempol (10rb); Geprek (10rb)	Tgl 16 ⇒ 23rb Pecel (8rb); Sabun cuci+pewangi (15rb)	Tgl 26 ⇒ 30rb Sayur+lauk (15rb); Sabun, dkk (15rb)
Tgl 7 ⇒ 30rb Sayuran+bumbu (20rb); Jajan (10rb)	Tgl 17 ⇒ 20rb Printcopy (10rb); Sayur+lauk (10rb)	Tgl 27 ⇒ 20rb Geprek (10rb); Sayuran (10rb)
Tgl 8 ⇒ 38rb Pulsa (25rb); Masker (8rb); Ati ampela (5rb)	Tgl 18 ⇒ 103rb Deodoran (22rb); Facewash (35rb); Sunscreen (35rb); Pecel (6rb); Es teh (5rb)	Tgl 28 ⇒ 25rb Jajan (15rb); Naspad (10rb)
Tgl 9 ⇒ 20rb Sayuran, dkk (15rb); Galon (5rb)	Tgl 19 ⇒ 40rb Pulsa (30rb); Es tebu (5rb)	Tgl 29 ⇒ 15rb Siomay (5rb); Sayur+lauk (10rb)
Tgl 10 ⇒ 28rb Fotokopi, map (13rb); Jus (5rb); Geprek (10rb)	Tgl 20 ⇒ 23rb Sayur+lauk (15rb); Degan (8rb)	Tgl 30 ⇒ 20rb Galon (5rb); Sayuran+bumbu (15rb)

Note : Informan IF dan HA tidak memiliki catatan pengeluaran

3. Media Sosial Informan Penelitian



4. Potret Gaya Hidup Hedonis Informan HA

←

Romanticizing life
Lihat terjemahan

Mengikuti ▾ Kirim Pesan



🏠 🔍 + 📺 ▼

TribunBooking

PEKAN RAYA LAMPUNG 2023

PKOR WAY HALIM 6-21 OKT 2023

PEKAN RAYA LAMPUNG 2023

Nama Pemesan
[REDACTED]

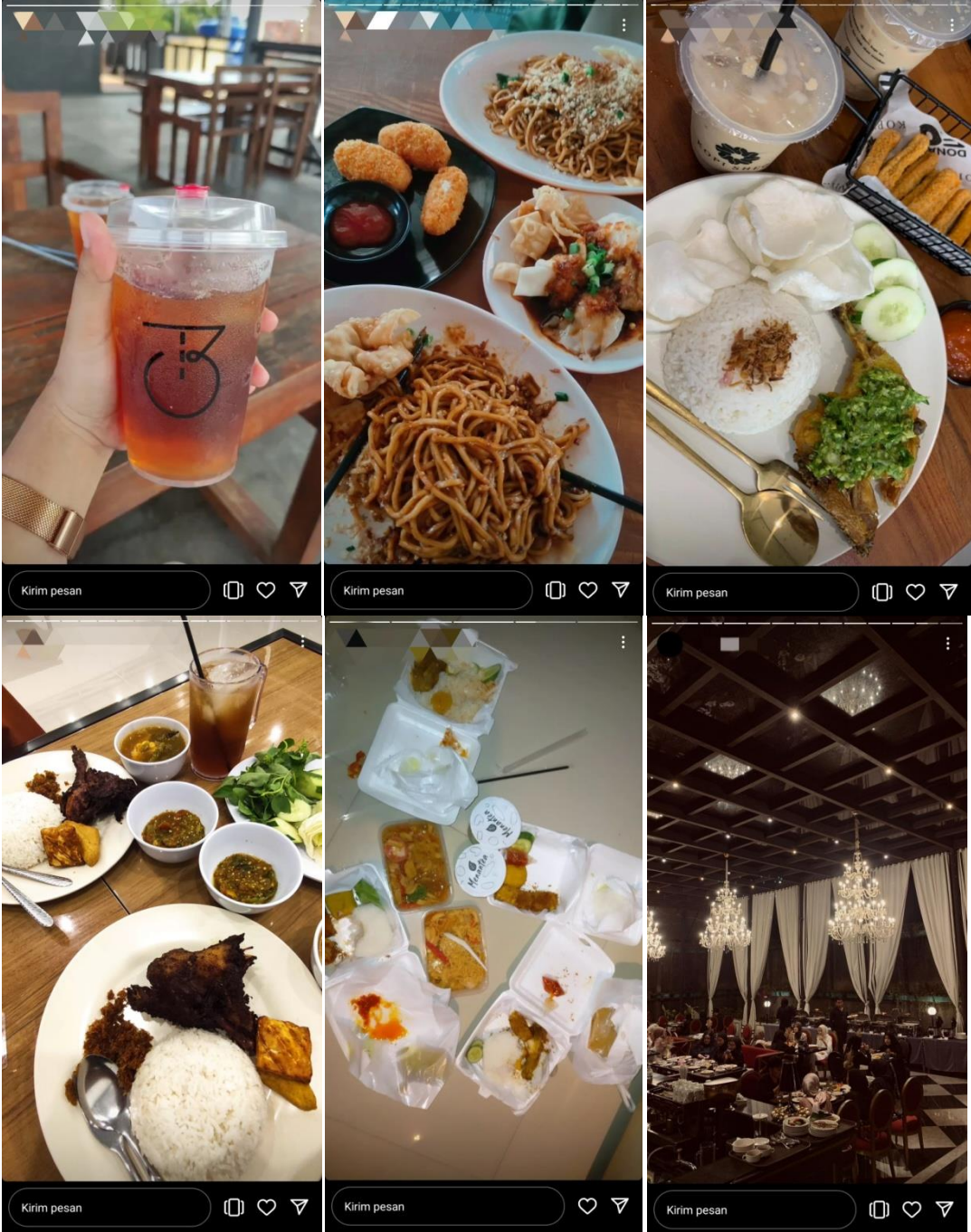
Tanggal: 06 - 21 October 2023 Waktu: 15:00 - 22:00 WIB

Tipe: Rabu, 11 Oktober NDX A.K.A No. Order: [REDACTED]

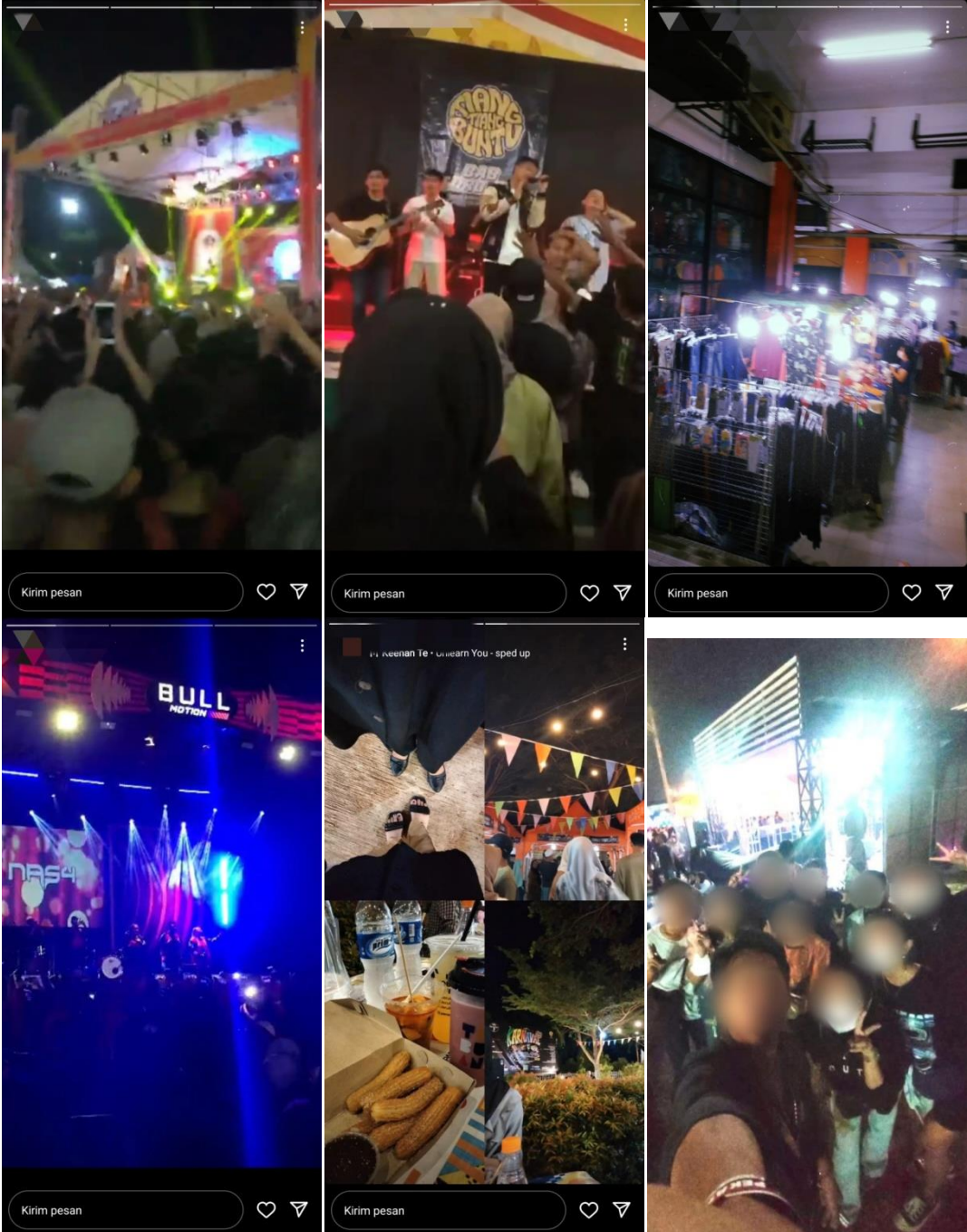
Tiket: 4 Total Harga: Rp 80.000



5. Potret Makanan dan Minuman Informan HA saat Nongkrong di Kafe



6. Potret Informan HA saat Nonton Konser dengan Teman-temannya



7. Screenshoot Promosi Jualan Online dan Jasa Joki Tugas Informan WI

12 menit yang lalu

SR12 Herbal Manjakani Pilihan Para Wanita

✓ Bermanfaat untuk mengatasi keputihan, bau tidak sedap

✓ Bermanfaat untuk mengencangkan otot area kewanitaan

Mengandung **100%** Ekstrak Buah Manjakani Murni

PERHATIAN
 Tidak direkomendasikan untuk dikonsumsi saat hamil & menyusui
 Tidak direkomendasikan untuk ibu hamil & menyusui

Keajaiban alami dalam satu packaged Manjakani SR12

Dilengkapi kandungan murni 100% Ekstrak buah Manjakani yang siap membantu kamu meraih kesehatan yang optimal, seperti **mengatasi keputihan, bau tidak sedap, mengencangkan otot area kewanitaan & melancarkan haid.** ✨

Hari ini 16:37

allo guys !

ada info nii wkwk
 yg ada tugas tapi males ngerjain atau sibuk banget sampe lupa ngerjain tugas, boleh banget yaa ngubungin aku.
 menerima jasa ketik, tulis, makalah, riviw dan resume jurnal, artikel dll.

murah banget dan 100% costumer puas terimakasih ✨

SK12 SKIN CARE

Kandungan Ceramide, Centalla Asiatica, Niacinamide, dan Ekstrak Kamomile didalamnya mampu memperbaiki skin barrier yang rusak, merawat kulit sensitif dan meningkatkan kelembapan alami kulit wajah 💙 ✨

Deodorant spray aja 19.06

Soalnya suamiku perokok berat bau badanya gak tahan aku 19.06

Udh dikasih minyak wangi udh pake r... masih bae 19.07

Gak ilang 19.07

masyaAllah, deodorant spray solusi untuk bau badan dan keringat berlebih ✨

OUTLINE SKRIPSI
INVESTIGASI TERHADAP *SELF CONTROL* DAN HEDONISME
MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI
IAIN METRO LAMPUNG

Halaman Sampul

Halaman Judul

Nota Dinas

Persetujuan

Pengesahan

Abstrak

Orisinalitas Penelitian

Motto

Persembahan

Kata Pengantar

Daftar Isi

Daftar Tabel

Daftar Gambar

Daftar Lampiran

BAB I PENDAHULUAN

- A. Latar Belakang Masalah
- B. Pertanyaan Penelitian
- C. Tujuan dan Manfaat Penelitian
- D. Penelitian Relevan

BAB II LANDASAN TEORI

- A. Teori Psikoanalisis
 - 1. Struktur Kepribadian
 - 2. Struktur Kepribadian dalam Perspektif Islam
- B. *Self Control*
 - 1. Pengertian *Self Control*
 - 2. Jenis dan Aspek *Self Control*
 - 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Control*

4. *Self Control* dalam Perspektif Islam

C. Hedonisme

1. Pengertian Hedonisme
2. Karakteristik dan Jenis Hedonisme
3. Aspek-aspek Hedonisme
4. Faktor-faktor Penyebab Terjadinya Hedonisme
5. Hedonisme dalam Perspektif Islam

D. Mahasiswa Perantau

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Sifat Penelitian

B. Sumber Data

C. Teknik Pengumpulan Data

D. Teknik Penjamin Keabsahan Data

E. Teknik Analisis Data

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

B. Hasil Penelitian

C. Investigasi Terhadap *Self Control* dan Hedonisme Mahasiswa Perantau pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

B. Saran

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

RIWAYAT HIDUP

Mengetahui,
Dosen Pembimbing



Al Halik, M.Pd

NIP. 199006222019031008

Metro, 28 Desember 2023
Peneliti



Lena Liana

NPM. 1904030005

Lampiran 10 Surat Izin Research



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; e-mail: fuad.iaim@metrouniv.ac.id

Nomor : B-1117/In.28/D.1/TL.00/10/2023
Lampiran : -
Perihal : **IZIN RESEARCH**

Kepada Yth.,
KETUA PROGRAM STUDI BPI IAIN
METRO LAMPUNG
di-

Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengan Surat Tugas Nomor: B-1116/In.28/D.1/TL.01/10/2023,
tanggal 31 Oktober 2023 atas nama saudara:

Nama : **LENA LIANA**
NPM : 1904030005
Semester : 9 (Sembilan)
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Maka dengan ini kami sampaikan kepada KETUA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG bahwa Mahasiswa tersebut di atas akan mengadakan research/survey di PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG, dalam rangka menyelesaikan Tugas Akhir/Skripsi mahasiswa yang bersangkutan dengan judul "INVESTIGASI TERHADAP SELF CONTROL DAN HEDONISME MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG".

Kami mengharapkan fasilitas dan bantuan Saudara untuk terselenggaranya tugas tersebut, atas fasilitas dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Metro, 31 Oktober 2023
Wakil Dekan Akademik dan
Kelembagaan,



Dr. H. Khoirurrijal S.Ag, MA
NIP 19730321 200312 1 002

Lampiran 11 Surat Tugas



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id; e-mail: fuad.iain@metrouniv.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor: B-1116/In.28/D.1/TL.01/10/2023

Wakil Dekan Akademik dan Kelembagaan Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Metro, menugaskan kepada saudara:

Nama : **LENA LIANA**
NPM : 1904030005
Semester : 9 (Sembilan)
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

- Jntuk :
1. Mengadakan observasi/survey di PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG, guna mengumpulkan data (bahan-bahan) dalam rangka meyelesaikan penulisan Tugas Akhir/Skripsi mahasiswa yang bersangkutan dengan judul "INVESTIGASI TERHADAP SELF CONTROL DAN HEDONISME MAHASISWA PERANTAU PADA PROGRAM STUDI BPI IAIN METRO LAMPUNG".
 2. Waktu yang diberikan mulai tanggal dikeluarkan Surat Tugas ini sampai dengan selesai.

Kepada Pejabat yang berwenang di daerah/instansi tersebut di atas dan masyarakat setempat mohon bantuannya untuk kelancaran mahasiswa yang bersangkutan, terima kasih.

Dikeluarkan di : Metro
Pada Tanggal : 31 Oktober 2023



Wakil Dekan Akademik dan
Kelembagaan,



Dr. H. Khoirurrijal S.Ag, MA
NIP 19730321 200312 1 002

Lampiran 12 Surat Balasan Izin Research



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM**

Jalan Ki Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111, Telepon (0725) 41507; Faksimili (0725) 47296; Website: www.fuad.metrouniv.ac.id, e-mail: fuadiainmetro@gmail.com

Nomor : B-1161/In.28.4/J/PP.00.9/11/2023
Lamp. : -
Prihal : **Balasan Izin Research**

Metro, 8 November 2023

Kepada Yth.
Wakil Dekan Akademik dan Kelembagaan
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Metro
di -
Metro.

Assalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuhu.

Sehubungan dengan surat Wakil Dekan Akademik dan Kelembagaan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Metro Nomor: B-1117/In.28/D.1/TL.00/10/2023 Perihal Izin *Research* di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Metro dengan mahasiswa :

Nama : Lena Liana
NPM : 1904030005
Semester : 9 (sembilan)
Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul Penelitian : Investigasi Terhadap Self Control dan Hedonisme Mahasiswa Perantau Pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung

Dengan ini kami mengizinkan mahasiswa tersebut melakukan *Research* di Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Metro.

Demikian surat ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuhu.

Ketua Program Studi
Bimbingan Penyuluhan Islam,

Aisyah Khumairo, M.Pd.I
NIP. 199009032019032009

Lampiran 13 Surat Keterangan Bebas Pustaka



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
UNIT PERPUSTAKAAN
NPP: 1807062F0000001

Jalan Ki Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telp (0725) 41507; Faks (0725) 47296; Website: digilib.metrouniv.ac.id; pustaka.iain@metrouniv.ac.id

SURAT KETERANGAN BEBAS PUSTAKA
Nomor : P-1414/In.28/S/U.1/OT.01/12/2023

Yang bertandatangan di bawah ini, Kepala Perpustakaan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro Lampung menerangkan bahwa :

Nama : LENA LIANA
NPM : 1904030005
Fakultas / Jurusan : Ushuluddin, Adab dan Dakwah / Bimbingan Penyuluhan Islam

Adalah anggota Perpustakaan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro Lampung Tahun Akademik 2023/2024 dengan nomor anggota 1904030005

Menurut data yang ada pada kami, nama tersebut di atas dinyatakan bebas administrasi Perpustakaan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro Lampung.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat, agar dapat dipergunakan seperlunya.

Metro, 11 Desember 2023
Kepala Perpustakaan

Dr. As'ad, S. Ag., S. Hum., M.H., C.Me.
NIP.19750505 200112 1 002

Lampiran 14 Surat Keterangan Turnitin



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI METRO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
PROGRAM STUDI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
Jalan Ki Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Metro Timur Kota Metro Lampung 34111
Telepon (0725) 41507, Faksimili (0725) 47296, Website www.fuad.metro.uin.ac.id, e-mail fuadainmetro@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor: B-1420/In.28.4/J/PP.00.9/12/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aisyah Khumairo, M.Pd.I.
NIP : 199009032019032009
Jabatan : Ketua Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam

menerangkan bahwa:

Nama : Lena Liana
NPM : 1904030005
Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Investigasi Terhadap Self Control dan Hedonisme Mahasiswa Perantau Pada Program Studi BPI IAIN Metro Lampung

mahasiswa tersebut telah melaksanakan uji plagiasi **Skripsi** melalui program Turnitin dengan tingkat kemiripan **24 %**.

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Metro, 20 Desember 2023,
Ketua Program Studi BPI

Aisyah Khumairo, M.Pd.I.
NIP. 199009032019032009

Lampiran 15 Formulir Konsultasi Bimbingan Skripsi



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) METRO

Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Kota Metro Lampung 34111 Telp. (0725) 41507, Fax (0725) 47296,
E-mail: iainmetro@metrouniv.ac.id Website: www.metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Lena Liana
NPM : 1904030005

Fakultas/Jurusan : FUAD/BPI
Semester/TA : VIII/2023

No.	Hari/Tanggal	Hal yang Dibicarakan	Tanda Tangan Dosen
1.	Rabu, 17-5-23	<ul style="list-style-type: none"> - Latar belakang tidak perlu menyebutkan sumber data - Paragraf tidak bertitik-tanda bungan - Sumber data diperjelas - Teknik dokumentasi bagaimana apa saja 	
2.	Senin, 19-5-23	<ul style="list-style-type: none"> - Data pra survey dilabor kelas - Data / informasi di sertakan dgn masalah - Cara pedoman kembali 	
3.	Senin, 29-5-23	<ul style="list-style-type: none"> - Doc disensor per 	

Dosen Pembimbing,

Al Halik, M.Pd

NIP. 199006222019031008

Mahasiswa ybs,

Lena Liana

NPM. 1904030005

Lampiran 15 Formulir Konsultasi Bimbingan Skripsi



**KEMENTERIAN AGAMA RI
INSITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) METRO**

Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Kota Metro Lampung 34111 Telp. (0725) 41507, Fax (0725) 47296,
E-mail: iainmetro@metrouniv.ac.id Website: www.metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Lena Liana
NPM : 1904030005

Fakultas/Jurusan : FUAD/BPI
Semester/TA : IX/2023

No.	Hari/Tanggal	Hal yang Dibicarakan	Tanda Tangan Dosen
1.	18/10-23	<ul style="list-style-type: none"> - Penjelasan dalam wawancara yg mengukur variabel - Perbaikan pedoman observasi dan lokasi tsb - Rapi format 	
2.	25/10-23	<ul style="list-style-type: none"> - Ace pendalaman BBBL-14 - Ace APP - lanjutkan lain Research & Research. 	
3.	1/12/2023	<ul style="list-style-type: none"> - Pembahasan dilanjutkan sesuai dgn hasil - BBB v Kesimpulan & Summary - Lanjut Abstrak 	
4.	8/12/2023	<ul style="list-style-type: none"> - Perbaikan hasil penulisan di abstrak. - Kesimpulan lebih & lebih 	

Dosen Pembimbing

Al Halik, M.Pd

NIP. 199006222019031008

Mahasiswa ybs,

Lena Liana

NPM. 1904030005

Lampiran 15 Formulir Konsultasi Bimbingan Skripsi



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) METRO

Ki. Hajar Dewantara Kampus 15 A Iringmulyo Kota Metro Lampung 34111 Telp. (0725) 41507, Fax (0725) 47296,
E-mail: iaimetro@metrouniv.ac.id Website: www.metrouniv.ac.id

FORMULIR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Lena Liana
NPM : 1904030005

Fakultas/Jurusan : FUAD/BPI
Semester/TA : IX/2023

No.	Hari/Tanggal	Hal yang Dibicarakan	Tanda Tangan Dosen
1.	11/12/2022	Hal untuk disadangkan dalam ujian munaqasah	

Dosen Pembimbing,

Al Halik, M.Pd

NIP. 199006222019031008

Mahasiswa ybs,

Lena Liana

NPM. 1904030005

RIWAYAT HIDUP



Nama Lena Liana, lahir di Gondangrejo pada tanggal 7 Juli 2001. Ayah peneliti bernama Sartimin dan ibu bernama Ratna Wati. Peneliti merupakan anak tunggal. Saat ini peneliti tinggal di Desa Gondangrejo, Kecamatan Pekalongan, Kabupaten Lampung Timur, Provinsi Lampung.

Peneliti lahir dan dibesarkan di Lampung, kemudian pada tahun 2007-2013 penulis menempuh pendidikan di SD Negeri Pinangsia Pg Jakarta hingga kelas 3 SD, kemudian pindah ke SD Negeri 2 Gondangrejo hingga lulus. Selanjutnya peneliti melanjutkan ke sekolah menengah pertama di SMP Negeri 2 Pekalongan pada tahun 2013-2016, kemudian melanjutkan sekolah menengah atas di SMKN 1 Metro Jurusan Administrasi Perkantoran pada tahun 2016-2019. Setelah menyelesaikan pendidikan wajib, kemudian peneliti melanjutkan pendidikan Strata Satu (S-1) di Institut Agama Islam Negeri Metro (IAIN) Metro. Peneliti mengambil Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah (FUAD) tepatnya pada Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI).

Selama menempuh pendidikan di IAIN Metro, peneliti pernah menjadi Pengurus Himpunan Mahasiswa Program Studi (HMPS) sebagai Sekretaris Divisi Komunikasi dan Informasi (KOMINFO). Peneliti memiliki harapan agar ilmu yang didapatkan semasa di bangku kuliah dapat diterapkan dan dimanfaatkan di kehidupan sehari-hari, baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Ketika sudah terjun di dunia pekerjaan, peneliti berharap mendapatkan pekerjaan yang layak serta menjadi wiraswasta agar bisa membuka lapangan pekerjaan bagi orang lain.