

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN  
GAYA HIDUP HEDONISME MAHASISWA ASAL KALIMANTAN  
TIMUR DI YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana**

**Disusun oleh:**

**Agam Miftahudin**

**NIM. 22102020033**

**Dosen Pembimbing:**

**A.Said Hasan Basri, S. Psi., M. Si**

**NIP. 19750427 200801 1 008**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA  
2026**

# HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-409/Un.02/DD/PP.00.9/03/2026

Tugas Akhir dengan judul : HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN GAYA HIDUP HEDONISME MAHASISWA ASAL KALIMANTAN TIMUR DI YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : AGAM MIFTAHUDIN  
Nomor Induk Mahasiswa : 22102020033  
Telah diujikan pada : Jumat, 13 Februari 2026  
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

## TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 69a64c360f7f



Penguji I

Slamet, S.Ag, M.Si.  
SIGNED

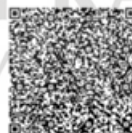
Valid ID: 69a63a406652c



Penguji II

Arya Fendha Ibnu Shina, M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 69a55c189c527



Yogyakarta, 13 Februari 2026

UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Arif Mafuhin, M.Ag., M.A.I.S.  
SIGNED

Valid ID: 69a64fc91d276

# HALAMAN PERSETUJUAN

## SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamualaikum wr.wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku dosen pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Agam Miftahudin  
NIM : 22102020033  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Asal Kalimantan Timur di Yogyakarta

skripsi tersebut sudah memenuhi syarat

- o Bebas dari unsur plagiarisme.
  - o Hasil pemeriksaan similaritas melalui Turnitin menunjukkan tingkat kemiripan sebesar 15% dengan menggunakan setelan "small match exclusion" sepuluh kata.
  - o Sistematika penulisan telah sesuai dengan Pedoman Penulisan Skripsi yang berlaku.
- dan sudah dapat diajukan kepada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana.

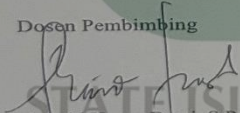
Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

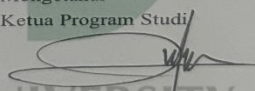
Yogyakarta, 6 Februari 2026

Mengetahui

Ketua Program Studi

Dosen Pembimbing

  
A. Sa'id Hasan Basri, S.Psi M.Si  
NIP 19750427 200801 1 008

  
Zaen Musyrihin, M.Pd.I  
NIP 19900428 202321 1 029

- o Silakan beri tanda centang (✓) jika pernyataan telah sesuai.

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

### SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Agam Miftahudin  
NIM : 22102020033  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Asal Kalimantan Timur di Yogyakarta* adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 6 Februari 2026

atakan,  
  
Agam Miftahudin  
NIM 22102020033

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Bismillahirrohmannirohim, segala puji bagi Allah SWT, Tuhan Semesta Alam  
Karya tulis ini dipersembahkan sebagai tanda bakti, hormat, dan kasih sayang  
penulis kepada orang tua tercinta, Bapak teristimewa Slamet dan Ibu teristimewa Tri  
Aryani.*

*Terima kasih atas dukungan moril maupun materil yang tak terhingga nilainya.  
Terima kasih atas kesabaran dalam mendidik, membesarkan, dan membimbing  
penulis hingga sampai di titik ini. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan  
kesehatan dan kebahagiaan bagi Bapak dan Ibu.*



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## MOTTO

“Dia yang mengontrol orang lain mungkin kuat, tetapi dia yang telah menguasai dirinya sendiri lebih kuat lagi”

(Lao Tzu)

<sup>1</sup>

“Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan, Apabila engkau telah selesai (dengan suatu kebajikan), teruslah bekerja keras (untuk kebajikan yang lain)”

(Q.S Al-Insyirah 6-7)

<sup>2</sup>



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

---

<sup>1</sup> Lao Tzu diakses dari :

<https://www.kompasiana.com/krisbanarto5251/62af273b3835003c32266a22/pentingnya-memahami-manfaat-self-control>

<sup>2</sup> Kementerian Agama Republik Indonesia. (2019). Al-Qur'an dan Terjemahannya. Jakarta: Kementerian Agama RI. Jakarta:

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas karunia serta rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa asal Kalimantan Timur di Yogyakarta” sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Sosial dengan baik. Skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dan kerja sama dari berbagai pihak. Oleh karena itu, ucapan terimakasih peneliti sampaikan kepada seluruh pihak yang sudah sangat berjasa dalam kepenulisan Tugas Akhir Skripsi ini, ucapan terimakasih disampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Zaen Musyrifin, S.Sos.I., M.Pd.I., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Arya Fendha Ibnu Shina, M.Si selaku Dosen Pembimbing Akademik yang sudah memberikan arahan, motivasi, dan do'a kepada peneliti selama masa studi.
5. Bapak Said Hasan Basri S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang sudah memberikan Bimbingan dan arahan sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi.
6. Seluruh dosen program studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan

Kalijaga yang telah memberikan ilmu pengetahuan, wawasan, motivasi, serta pengalaman kepada peneliti selama proses perkuliahan.

7. Pengurus Asrama Mahasiswa Kalimantan Timur dan seluruh mahasiswa asal Kalimantan Timur di Yogyakarta yang menjadi responden dalam penelitian ini.
8. Kakak Peneliti, Afrizal Hidayat seseorang yang selalu memberikan semangat dan motivasi agar peneliti cepat dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman-Teman BKI angkatan 22 terkhusus Tamam Mujahidi dan Rifki Ahmad Fahrezi yang telah membersamai dalam suka dan duka selama masa perkuliahan.
10. Teman-Teman HMPS BKI 2023, yang sudah membersamai dalam bertumbuh dan berorganisasi.
11. Teman-Teman Virtuous Generation, terkhusus yang berasal dari konsulat Banyumas yang telah menjadi penyemangat dan motivasi dalam mengerjakan skripsi.
12. Teman-Teman Magang Dinas P3AP2KB Sleman terkhusus Tamam Mujahidi, Bambang Dimas Saputra, Rafi Hadrian Pratista, Bunga Ayu Prabowo Putri, Nafisa Kirani Azzahra, dan Putrisia Maharani yang telah menemani peneliti saat suka maupun duka.
13. Teman-Teman KKN 117 Desa Bojong, Magelang, seluruh warga dusun Tegalsari dan staff desa Bojong, yang selalu menjadi motivasi selama mengerjakan skripsi.
14. Tim Kebanggaan Peneliti yaitu Persija Jakarta dan Manchester City yang telah menjadi motivasi dan memberikan semangat peneliti dalam menyelesaikan

skripsi.

15. Abdul Gofar Hilman, Mahesa Yuwanda (Wancoy), dan Rico Lubis yang telah menemani dan menghibur peneliti saat mengerjakan skripsi dalam *Podcast Grind Boys*.
16. *I want to thank myself, who has survived this far, Thank you forgiving me for past mistakes and choosing to be a better person.*



## ABSTRAK

AGAM MIFTAHUDIN (22102020033), HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN GAYA HIDUP HEDONISME MAHASISWA ASAL KALIMANTAN TIMUR DI Yogyakarta, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2026

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena mahasiswa perantauan asal Kalimantan Timur di Yogyakarta yang memiliki latar belakang kondisi ekonomi daerah yang relatif maju, namun dihadapkan pada biaya hidup di Yogyakarta yang cenderung rendah serta banyaknya fasilitas hiburan. Kondisi tersebut, ditambah dengan kurangnya pengawasan orang tua, berpotensi mendorong mahasiswa mengadopsi gaya hidup hedonisme. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan mendeskripsikan hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan gaya hidup hedonisme pada mahasiswa asal Kalimantan Timur di Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah 104 mahasiswa asal Kalimantan Timur yang menempuh pendidikan di Yogyakarta, baik yang tinggal di asrama maupun indekos. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan Skala Kontrol Diri yang mengacu pada teori Averill dan Skala Gaya Hidup Hedonisme yang mengacu pada teori Engel. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji korelasi *Rank Spearman* karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme. Hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $-0,725$  dan nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar  $0,000$  ( $p < 0,05$ ). Mayoritas subjek memiliki tingkat kontrol diri pada kategori sedang (70%) dan tingkat gaya hidup hedonisme pada kategori sedang (63%). Kesimpulan dari penelitian ini adalah semakin tinggi kontrol diri mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan gaya hidup hedonisemenya, dan sebaliknya, semakin rendah kontrol diri, maka semakin tinggi tingkat gaya hidup hedonisemenya.

*Kata Kunci: Kontrol Diri, Gaya Hidup Hedonisme, Mahasiswa Kalimantan Timur.*

## **ABSTRACT**

AGAM MIFTAHUDIN (22102020033) *THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL AND HEDONISTIC LIFESTYLE TENDENCIES AMONG STUDENTS FROM EAST BORNEO IN YOGYAKARTA*, Islamic Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Da'wah and Communication, Sunan Kalijaga State Islamic University Yogyakarta, 2026

*This research is motivated by the phenomenon of migrant students from East Kalimantan in Yogyakarta who come from a region with relatively advanced economic conditions but are faced with relatively low living costs and numerous entertainment facilities in Yogyakarta. This condition, combined with a lack of parental supervision, has the potential to encourage students to adopt a hedonistic lifestyle. This study aims to identify and describe the relationship between self-control and hedonistic lifestyle tendencies among students from East Kalimantan in Yogyakarta. This research is classified as field research with a quantitative descriptive approach. The subjects in this study were 104 students from East Kalimantan pursuing education in Yogyakarta, residing either in dormitories or boarding houses. Data collection utilized questionnaires comprising a Self-Control Scale based on Averill's theory and a Hedonistic Lifestyle Scale based on Engel's theory. The data analysis technique employed was the Rank Spearman correlation test because the data were not normally distributed. The results indicated a significant negative relationship between self-control and a hedonistic lifestyle. This is evidenced by a correlation coefficient value of -0.725 and a significance value ( $p$ ) of 0.000 ( $p < 0.05$ ). The majority of subjects possessed a level of self-control in the medium category (70%) and a hedonistic lifestyle level in the medium category (63%). The conclusion of this study is that the higher the student's self-control, the lower their tendency for a hedonistic lifestyle, and conversely, the lower the self-control, the higher the level of the hedonistic lifestyle.*

*Keywords: Self-Control, Hedonistic Lifestyle, East Borneo Students.*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>x</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	8
1. Manfaat Teoritis .....	8
2. Manfaat Praktis.....	8
E. Kajian Pustaka.....	8
F. Sistematika Penelitian.....	16
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	<b>19</b>
A. Tinjauan tentang Kecenderungan Gaya Hidup Hedonisme .....	19
1. Pengertian Kecenderungan Gaya Hidup Hedonisme .....	19
2. Aspek-Aspek Gaya Hidup Hedonisme .....	21
3. Faktor-Faktor Gaya Hidup Hedonisme.....	24
4. Cara Mencegah Agar Tidak Terjebak Dalam Gaya Hidup Hedonisme .....	26
5. Gaya Hidup Hedonisme dalam perpektif Bimbingan dan Konseling Islam.....	29
B. Tinjauan tentang Kontrol diri.....	33
1. Pengertian kontrol diri.....	33
2. Aspek-Aspek Kontrol diri .....	35
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol diri.....	39
4. Cara Meningkatkan Kontrol Diri.....	40
5. Kontrol diri dalam perspektif Bimbingan dan Konseling Islam.....	42

C. Dinamika Hubungan antara kontrol diri dengan Kecenderungan Gaya hidup Hedonisme .....	45
D. Hipotesis.....	50
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>51</b>
A. Jenis Penelitian.....	51
B. Populasi dan sampel.....	51
1. Populasi .....	51
2. Sampel .....	52
C. Definisi Operasional Variabel.....	53
1. Kontrol diri .....	53
2. Kecenderungan gaya hidup hedonisme .....	53
D. Instrumen Penelitian.....	54
1. Skala Kontrol diri .....	55
2. Skala gaya hidup hedonisme .....	57
3. Pengujian Kredibilitas .....	58
E. Metode Analisis Data.....	67
1. Uji Asumsi.....	67
2. Uji Hipotesis.....	69
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>70</b>
A. Pelaksanaan Penelitian.....	70
B. Deskripsi Data.....	70
1. Deskripsi Statistik.....	71
2. Kategorisasi Skor Gaya Hidup Hedonisme .....	75
C. Hasil Analisis Data.....	76
D. Pembahasan Penelitian.....	77
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>83</b>
A. Kesimpulan .....	83
B. Saran.....	83
C. Keterbatasan Penelitian.....	84
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>86</b>
<b>LAMPIRAN – LAMPIRAN.....</b>	<b>93</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Sampel Mahasiswa Kalimantan Timur .....	53
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Kontrol Diri Sebelum Ujicoba .....	55
Tabel 3. 3 Skor nilai untuk Skala Kontrol Diri .....	57
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Gaya Hidup Hedonisme Sebelum Uji Coba .....	57
Tabel 3. 5 Skor nilai untuk Skala Gaya Hidup Hedonisme .....	58
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Kontrol Diri.....	60
Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Skala Gaya Hidup Hedonisme .....	61
Tabel 3. 8 Interpretasi Koefisien Reliabilitas.....	63
Tabel 3. 9 Hasil Uji Reliabilitas Kontrol Diri.....	64
Tabel 3. 10 Hasil Uji Reliabilitas Skala Gaya Hidup Hedonisme .....	65
Tabel 3. 11 Hasil Uji Normalitas .....	68
Tabel 4. 1 Hasil Deskriptif Statistik.....	71
Tabel 4. 2 Sampel berdasarkan Semester.....	72
Tabel 4. 3 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	73
Tabel 4. 4 Rumus Perhitungan Jarak Interval .....	74
Tabel 4. 5 Distribusi Kategorisasi Skor Kontrol Diri .....	74
Tabel 4. 6 Distribusi Kategorisasi Skor Gaya Hidup Hedonisme.....	75
Tabel 4. 7 Hasil Koefisien Korelasi .....	77



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Bagan Dinamika hubungan antara Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonisme .....	49
Gambar 4. 1 Kategorisasi Jenis Kelamin .....	73
Gambar 4. 2 Distribusi Kategorisasi Kontrol Diri .....	75
Gambar 4. 3 Distribusi Kategorisasi Gaya Hidup Hedonisme .....	76



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Persetujuan Uji Ahli Skala Kontrol Diri dan Gaya Hidup Hedonisme .....	93
Lampiran 2 Skala Kontrol Diri Sebelum Ujicoba.....	94
Lampiran 3 Skala Gaya Hidup Hedonisme Sebelum Uji Coba .....	96
Lampiran 4 Skoring Kontrol Diri ujicoba.....	98
Lampiran 5 Skoring Skala Gaya Hidup Hedonisme Ujicoba .....	99
Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kontrol Diri.....	100
Lampiran 7 Hasil Uji Reliabilitas Skala Gaya Hidup Hedonisme .....	100
Lampiran 8 Skala Kontrol Diri Setelah Ujicoba .....	101
Lampiran 9 Skala Gaya Hidup Hedonisme setelah ujicoba.....	102
Lampiran 10 Skoring Instrumental Skala Kontrol Diri .....	104
Lampiran 11 Skoring Instrumental Skala Gaya Hidup Hedonisme.....	105
Lampiran 12 Uji Normalitas .....	106
Lampiran 13 Deskriptif Statistik.....	106
Lampiran 14 Uji Hipotesis.....	106
Lampiran 15 Surat Izin Penelitian.....	107
Lampiran 16 Hasil Plagiarisme.....	112
Lampiran 17 Biodata Peneliti .....	113

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar belakang

Mahasiswa merupakan generasi muda yang diharapkan dapat memimpin masa depan. Mereka memiliki peran yang krusial dalam mendorong pembangunan bangsa dan perubahan sosial. Oleh karena itu, mahasiswa hendaknya tidak hanya menjadi penonton dalam arus perubahan sosial, tetapi menjadi agen perubahan yang aktif dalam mengejar keadilan dan kesejahteraan masyarakat. Penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa mahasiswa harus memiliki keterampilan dari berbagai disiplin ilmu sehingga menjadi salah satu pendorong sosial yang berperan dalam menciptakan perubahan.<sup>3</sup> Selain itu mahasiswa juga dapat menjadi agen transformasi positif dalam masyarakat dengan menggabungkan pengetahuan dan nilai-nilai moral dari pendidikan ke dalam tindakan nyata.<sup>4</sup> Namun, karena masih dalam usia transisi, banyak mahasiswa yang tergoda untuk terlibat dalam aktivitas yang tidak mendukung proses akademis dan pengembangan diri mereka. Situasi ini menyimpang dari arti dan harapan masyarakat terhadap mahasiswa itu sendiri sebagai salah satu agen perubahan di masyarakat di masa yang akan datang.

Era modern saat ini, terdapat berbagai fenomena sosial yang berkembang di kalangan remaja dan Mahasiswa, salah satunya adalah gaya hidup hedonisme. Gaya hidup menurut Kotler adalah pola interaksi kehidupan seseorang yang dinyatakan

---

<sup>3</sup> Ahmad Syaiful, "Peran Mahasiswa Sebagai Agen Perubahan Di Masyarakat," *Journal of Instructional and Development Researches* 3, no. 1 (2023): 29–34, <https://doi.org/10.53621/jider.v3i1.102>.

<sup>4</sup> Ardita Sindy and Melikai Jihan El-Yunusi, "Mahasiswa Sebagai Agen Transformasi Dalam Pendidikan Perspektif Muhammad Iqbal," *Al-Ibrah : Jurnal Pendidikan Dan Keilmuan Islam* 8, no. 2 (2023): 53–67, <https://doi.org/10.61815/alibrah.v8i2.280>.

dalam aktivitas, minat, dan pendapat seorang individu.<sup>5</sup> Ketika mahasiswa menjalani perkuliahan di universitas akan banyak interaksi kehidupan yang berlangsung, lalu aktivitas yang beralih dari masa sekolah ke dunia mahasiswa juga akan berubah, dan pola pikir pun akan bertransformasi seiring dengan proses pembelajaran di kampus. Apabila pola hidup seorang mahasiswa kurang tepat dalam berinteraksi saat perkuliahan, banyak hal negatif yang mungkin terjadi seperti hedonisme. Hedonisme yang terjadi pada mahasiswa akan cenderung menghabiskan uang hanya untuk kesenangan nafsu duniawi semata.<sup>6</sup> Akibatnya mahasiswa dimungkinkan terjebak dalam gaya hidup ini cenderung boros dan kurang bijak dalam mengatur keuangan, tetapi juga rentan mengalami dampak psikologis yang serius.

Sejalan dengan temuan Kasser, gaya hidup yang terlalu berorientasi pada materi dapat memicu kecemasan dan menurunkan kesejahteraan psikologis.<sup>7</sup> Hal ini terjadi akibat adanya standar kepuasan yang terus meningkat namun sulit untuk dipenuhi. Secara emosional, individu menjadi tidak stabil karena kebahagiaan mereka digantungkan pada materi dan kesenangan sesaat, yang akhirnya menyisakan perasaan penyesalan ketika keinginan tersebut tidak tercapai.

Mahasiswa yang memilih gaya hidup hedonisme hanya untuk mencari kesenangan semata, pengakuan teman sebaya, dan eksistensi di media sosial,

---

<sup>5</sup> Fatia Nur Azizah and Endang Sri Indrawati, "Kontrol Diri Dan Gaya Hidup Hedonis Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomika Dan Bisnis Universitas Diponegoro," *Jurnal EMPATI* 4, no. 4 (2015): 156–62.

<sup>6</sup> Danny Abrianto and Vinna Salwa Arani, "Analisis Gaya Hidup Hedonisme Di Kalangan Mahasiswa (Studi Kasus: Mahasiswa Ilmu Filsafat Universitas Pembangunan Panca Budi Medan)," *AR-RASYID: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 1, no. 2 (2021): 79–87, <https://doi.org/10.30596/arrasyid.v1i2.8744>.

<sup>7</sup> Theresa Domagalski and Tim Kasser, "The High Price of Materialism," *The Academy of Management Review* 29 (January 1, 2004): 135, <https://doi.org/10.2307/20159018>.

kurangnya pengawasan orang tua turut menjadi faktor yang memperkuat perilaku tersebut. Selain itu dalam penelitian lain juga mengatakan bahwa gaya hidup hedonisme juga memainkan peran dalam interaksi sosial.<sup>8</sup> Hal ini diperkuat bahwa salah satu sebab dari Mahasiswa berperilaku hedonisme karena ia ingin tetap diakui dalam *circle* pertemanan, tentu jika ingin diakui maka harus mengikuti teman-temannya dengan memiliki barang-barang *branded*.<sup>9</sup> Oleh karena itu, untuk menghindarkan mahasiswa dari gaya hidup hedonistik, mereka perlu memilih lingkungan sosial yang tidak mendukung perilaku tersebut. Mahasiswa disarankan untuk selektif dalam memilih teman, memperhatikan kondisi ekonomi, dan yang terpenting memiliki kemampuan mengelola keuangan secara bijaksana.

Bahaya dan dampak negatif dari gaya hidup hedonisme bagi mahasiswa dapat berakibat menurunnya motivasi belajar, pandangan hidup menjadi matrealistis, dan menjadikan pola pikir menjadi pragmatis. Beberapa penelitian mengemukakan salah satunya Praja dalam penelitiannya mengatakan bahwa mahasiswa yang mengikuti gaya hidup hedonisme mengaku pernah terlibat dalam aktivitas yang dilarang seperti mendatangi klub malam, bahkan hingga mengkonsumsi Narkoba. Dalam hal pembelajaran mahasiswa menjadi sering mengabaikan kuliah, tidak mengerjakan tugas kuliah yang akhirnya menyewa seseorang untuk mengerjakan tugas.<sup>10</sup> Tidak hanya berdampak pada keuangan saja namun hedonisme pada

---

<sup>8</sup> Oktaviani Adhi Suciptaningsih, "Hedonisme Dan Konsumerisme Dalam Perspektif Dramaturgi Erving Goffman," *Equilibria Pendidikan : Jurnal Ilmiah Pendidikan Ekonomi* 2, no. 1 (2017): 25–32, <https://doi.org/10.26877/ep.v2i1.2191>.

<sup>9</sup> Diah Tri Andini and Lisa Adhrianti, "Hubungan Interpersonal Pada Remaja Hedon (Studi Pada Mahasiswa Hukum Universitas Bengkulu)," *Jurnal Kaganga: Jurnal Ilmiah Sosial Dan Humaniora* 3, no. 2 (2022): 31–40, <https://doi.org/10.33369/jkaganga.3.2.31-40>.

<sup>10</sup> Praja, Dauan Deriyansyah, dan Anita Damayantie. "Potret Gaya Hidup Hedonisme Di Kalangan Mahasiswa" Studi Pada Mahasiswa Sosiologi FISIP Universitas Lampung)." *Sosiologi* 1, no. 3 (17 Oktober 2013).

Mahasiswa juga mengganggu perilaku akademik yang seharusnya menjadi prioritas utama. Jika gangguan-gangguan tersebut dibiarkan begitu saja, maka akan menghambat mahasiswa dalam menyelesaikan masa studi yang berakibat semakin lama individu dalam mencapai kelulusan.

Kota Yogyakarta merupakan salah satu tujuan banyak pelajar dari seluruh Indonesia untuk menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Hal ini cukup relevan karena Sekolah berbagai jenjang hingga Perguruan Tinggi terbaik di Indonesia ada di kota Yogyakarta.<sup>11</sup> Mahasiswa yang datang tidak hanya dari sekitar kota Yogyakarta saja namun banyak yang datang juga dari luar pulau Jawa. Lingkungan sosial di kota Yogyakarta yang beragam dapat menjadi tantangan tersendiri bagi Mahasiswa rantau, termasuk dalam proses adaptasi terhadap pola pergaulan dan gaya hidup setempat. Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan mampu mengatur keuangan dengan bijak agar terhindar dari masalah keuangan yang bisa berujung pada kesalahan dalam mengelola keuangan.<sup>12</sup>

Salah satu daerah asal dari mahasiswa luar pulau Jawa yaitu yang berasal dari pulau Kalimantan. Dari data terbaru provinsi paling maju di pulau Kalimantan adalah Kalimantan Timur, dengan pertumbuhan ekonomi mencapai 6,17% pada tahun 2024. Hal ini menunjukkan kondisi ekonomi yang cukup stabil dan cenderung meningkat.<sup>13</sup> Pertumbuhan ekonomi yang progresif tersebut membuat Provinsi

---

<sup>11</sup> Steffanie Yu and Ari Setyaningrum, "Studi Mengenai City Branding Kota Yogyakarta Sebagai Kota Pelajar Di Indonesia," *Matrik: Jurnal Manajemen, Strategi Bisnis Dan Kewirausahaan*, 2019, 31, <https://doi.org/10.24843/matrik:jmbk.2019.v13.i01.p04>.

<sup>12</sup> Muhammad Hafizd Fauzi et al., "Analisis Tingkat Literasi Keuangan Dalam Pengelolaan Finansial Pribadi Mahasiswa," *Akuntansi Pajak Dan Kebijakan Ekonomi Digital* 1, no. 2 (2024): 37–50, <https://doi.org/10.61132/apke.v1i2.74>.

<sup>13</sup> Statistik, Badan Pusat. 2025. "Ekonomi Provinsi Kalimantan Timur Tahun 2024 tumbuh sebesar 6,17 persen." Badan Pusat Statistik Kalimantan Timur. Februari 5. <https://kaltim.bps.go.id/id/pressrelease/2025/02/05/1139/ekonomi-provinsi-kalimantan-timur->

Kalimantan Timur sebagai provinsi terkaya kedua di Indonesia di tahun 2024.<sup>14</sup> Dengan pertumbuhan ekonomi yang baik di sana membuat masyarakat Kalimantan Timur masuk dalam golongan menengah ke atas. Hal ini juga dibuktikan dengan pendapatan per-kapita rata-rata masyarakat di sana yaitu sekitar 230 Juta-an.<sup>15</sup> Dengan data-data di atas tentunya akan berdampak pada kondisi finansial yang baik dari mahasiswa asal Kalimantan Timur, mengingat mereka bergantung pada kondisi finansial orang tua di daerah asal.

Alasan banyak orang menjadikan Yogyakarta tempat untuk menuntut ilmu bagi mahasiswa dari luar kota ialah karena biaya hidup di Yogyakarta ini cenderung murah, selain itu Yogyakarta juga menjadi tujuan destinasi wisata bagi masyarakat. Hal ini sejalan dengan hasil temuan dari penelitian bahwa Yogyakarta adalah kota wisata dengan biaya hidup yang rendah.<sup>16</sup> Dengan adanya faktor tersebut tentu saja meningkatkan minat masyarakat untuk menyekolahkan anak-anak mereka di universitas yang terdapat di Yogyakarta dibandingkan dengan kota-kota besar lainnya yang berada di pulau Jawa. Oleh karena itu, meskipun biaya hidup di Yogyakarta terkenal murah, kondisi ini justru dapat mendorong sebagian mahasiswa untuk mengadopsi gaya hidup hedonisme, karena mereka merasa memiliki kelonggaran finansial yang lebih besar untuk memenuhi keinginan konsumtif.

---

tahun-2024-tumbuh-sebesar-6-17-persen.html.

<sup>14</sup> Bintang Ridzky Alfathi, "10 Provinsi Terkaya Berdasarkan PDRB per Kapita 2024," 2025, <https://data.goodstats.id/statistic/10-provinsi-terkaya-berdasarkan-pdrb-per-kapita-2024-PJymV>.

<sup>15</sup> Aditya, M. 2024. Pendapatan Per Kapita Kalimantan dan Sulawesi. April 12. <https://goodstats.id/infographic/pendapatan-per-kapita-kalimantan-dan-sulawesi-EQIKv>.

<sup>16</sup> Enggar Cahyaning and Fuadhillah Putri, "Pengaruh Rasio Pertumbuhan, Rasio Efektivitas, Dan Rasio Efisiensi Terhadap Kesejahteraan Masyarakat Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)," *Jurnal Literasi Akuntansi* 2, no. 4 (2023): 257–63, <https://doi.org/10.55587/jla.v2i4.85>.

Fenomena hedonisme ini dibuktikan oleh data empiris yang menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa perguruan tinggi swasta di Yogyakarta terbiasa keluar untuk nongkrong di kafe atau restoran sebanyak 3-4 kali dalam seminggu. Dalam satu kali pertemuan tersebut, mahasiswa dapat menghabiskan uang sekitar Rp. 30.000 hingga Rp. 100.000. Selain itu, perilaku ini juga ditunjang oleh minat terhadap barang bermerek, di mana rata-rata mereka memiliki 10 hingga 15 barang *branded*.<sup>17</sup> Fenomena pengeluaran besar ini juga ditemukan secara spesifik pada kelompok mahasiswa perantau, seperti pada anggota Himpunan Mahasiswa Bontang di Yogyakarta yang diketahui menghabiskan uang sekitar 5 juta hingga 10 juta rupiah per bulan hanya untuk kebutuhan sehari-hari. Tingkat gaya hidup konsumtif pada kelompok mahasiswa perantau asal Kalimantan Timur ini tercatat mendominasi pada kategori sedang dengan persentase sebesar 43%.<sup>18</sup> Timbulnya hedonisme dalam diri mahasiswa salah satunya ialah karena kurangnya kemampuan kontrol diri.

Kontrol diri menurut Chaplin adalah kemampuan untuk mengarahkan perilaku sendiri serta mengekspresikan dorongan atau perilaku yang impulsif.<sup>19</sup> Tindakan seseorang dapat disesuaikan dan diarahkan sesuai dengan dorongan yang diterima. Individu tersebut akan melakukan perilaku negatif tersebut dalam kehidupan sehari-harinya jika dorongan yang mereka terima mengarah ke perilaku

---

<sup>17</sup> Lintang ArungLamba Augus Fara et al., "Fenomena Hedonisme Pada Kalangan Mahasiswa Perguruan Tinggi Swasta Di Yogyakarta," *Jurnal Transformasi Humaniora* 7, no. 2 (2024): 67–72.

<sup>18</sup> Muhammad Ghozali, "Pengaruh Akun Instagram @attahalilintar Terhadap Gaya Hidup Konsumtif Pada Anggota Himpunan Mahasiswa Bontang Di Yogyakarta" (Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021).

<sup>19</sup> James J Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: Rajawali Pers 2014, 2014).

negatif.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kurangnya kontrol diri dapat menyebabkan berbagai masalah bagi remaja, khususnya dalam hal pendidikan.<sup>20</sup> Lemahnya diri remaja dan mahasiswa dalam menahan hal-hal yang bersifat kesenangan sesaat akan membentuk suatu pola kehidupan hedonistik. Dalam hal ini, kontrol diri menjadi sangat penting untuk bisa membentengi mahasiswa dari pengaruh negatif gaya hidup hedonisme. Siswa dengan pengendalian diri yang baik akan mampu mengelola keinginan dan dorongan hati untuk hiburan yang berlebihan serta mengambil keputusan yang bertanggung jawab dan rasional. Sebaliknya, individu yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya dan mengikuti dorongan cepat akan memiliki kecenderungan rendah terhadap kontrol diri.

Dorongan dari eksternal seperti lingkungan sekitar menjadi faktor kuat bagi individu untuk bisa terjerumus dalam kehidupan yang hedonisme. Bagi mahasiswa yang merantau akan menjadi tantangan bagi mereka untuk bisa mengendalikan diri mereka agar tidak berperilaku hedonisme. Maka dari itu peneliti ingin meneliti lebih lanjut terkait hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan gaya hidup hedonisme pada mahasiswa Kalimantan Timur di Yogyakarta.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan gaya hedonisme mahasiswa asal Kalimantan Timur di Yogyakarta.”

---

<sup>20</sup> Junierissa Marpaung, “Kurangnya Kontrol Diri Siswa Di Lingkungan SMK N 2 Batam,” *Jurnal Dimensi* 5 (2016).

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian yang ingin dicapai yaitu, untuk mengidentifikasi dan mendeksripsikan hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan gaya hedonisme Mahasiswa asal Kalimantan Timur di Yogyakarta.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam keilmuan konseling, terutama yang berkaitan dengan kontrol diri dan perilaku hedonisme.
- b. Dapat dijadikan referensi dengan tema penelitian yang sama bagi peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan kontrol diri dan gaya hidup hedonisme.

### **2. Manfaat Praktis**

- a. Penelitian ini diharapkan menjadi acuan dan pengetahuan bagi Mahasiswa agar dapat menghindari perilaku hedonisme di masa studinya di Kampus.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada orangtua mengenai pentingnya peran keluarga dalam membentuk kontrol diri pada anak.

## **E. Kajian Pustaka**

Pada bagian kajian pustaka kali ini adalah menguraikan mengenai penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan isu yang akan diteliti. Adapun penelitian yang memiliki kaitan dengan penelitian ini yaitu,

1. Skripsi karya Nur Laila Khairatun Nisya' dari Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang pada tahun 2024, yang berjudul hubungan antara kontrol diri dan hedonisme ditinjau dari status tempat tinggal pada siswa SMK Kholiliyah Bangsri. Tujuan dari penelitian di atas adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara kontrol diri dan hedonisme pada siswa SMK Kholiliyah Bangsri. Metode Penelitian menggunakan kuantitatif dengan teknik *Cluster Random Sampling*. Responden dari penelitian ini terdiri dari kelas 10 dan 11 SMK Kholiliyah Bangsri dari jurusan tata busana dan Otomatisasi Tata kelola perkantoran yang berjumlah 131 terdiri dari responden uji coba sebanyak 51 siswa dan responden penelitian sebanyak 80 siswa.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kontrol diri yang tinggi, dan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme. Dilihat dari koefisien regresi sebesar  $R = 0,622$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Hasil tersebut menyatakan bahwa adanya hubungan positif antara kontrol diri dan gaya hidup hedonisme.<sup>21</sup>

Berdasarkan penelitian di atas hubungan dengan penelitian ini adalah sebagai penentang dari hasil penelitiannya. Karena hasil penelitian di atas menjelaskan bahwa adanya hubungan positif antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme. Persamaan penelitian di atas adalah pada variabel yang

---

<sup>21</sup> Nur Laila Khairatun Nisya', "Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Hedonisme Ditinjau Dari Status Tempat Tinggal Pada Siswa SMK Kholiliyah Bangsri," *Ayan* (Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2024).

diteliti sama, yaitu kontrol diri dan gaya hidup hedonisme. Sedangkan letak perbedaan adalah terletak pada responden, pada penelitian di atas responden adalah siswa dan siswi SMK Kholiliyah Bangsri sedangkan penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa asal Kalimantan Timur di Yogyakarta.

2. Jurnal karya Aufa Rizqia Sahna dkk dari Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, dengan judul Hubungan Kontrol Diri dengan Gaya Hidup Hedonis pada Mahasiswa Tahun Pertama. Tujuan penelitian di atas yakni ingin mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme. Metode Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif regresional dengan menggunakan skala Linkert, teknik yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* digunakan untuk menentukan responden. Responden dari penelitian ini adalah mahasiswa dan mahasiswi Psikologi UIN Walisongo Semarang angkatan 2023 sejumlah 50 responden.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara variabel kontrol diri dengan variabel gaya hidup hedonisme pada Mahasiswa Psikologi angkatan 2023, dengan dibuktikan dengan hasil signifikansi sebesar  $0,536 > 0,05$ . Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki mahasiswa maka gaya hidup hedonisme akan semakin rendah, begitu pun dengan sebaliknya semakin rendah kontrol diri yang dimiliki Mahasiswa maka gaya hidup hedonisme yang dimiliki mahasiswa semakin tinggi.<sup>22</sup>

---

<sup>22</sup> Nispahul Aisah Aufa Rizqia Sahna, Tri Robiah Al Adawiyah, Puspita Rimba Pertiwi, Ipah Alpiah, "Hubungan Kontrol Diri Dengan Gaya Hidup Hedonis Pada Mahasiswa Tahun Pertama,"

Berdasarkan penelitian di atas menjelaskan adanya hubungan dengan penelitian ini adalah sebagai pendukung dari hasil penelitiannya. Karena hasil penelitiannya memiliki hubungan yang negatif antar variabel. Persamaan dari penelitian di atas adalah pada variabel yang sama, yaitu kontrol diri dan gaya hedonisme. Sedangkan letak perbedaannya terletak responden, penelitian di atas menggunakan subjek mahasiswa di tahun pertama sedangkan penelitian ini menggunakan subjek Mahasiswa di Yogyakarta semua tahun selama masih aktif dan berasal dari Kalimantan Timur.

3. Skripsi karya Adam Furqan dari Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh pada tahun 2024, yang berjudul Hubungan kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme pada calon anggota legislatif 2024. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme pada calon legislatif DPR Aceh. Metode Penelitian di atas menggunakan metode kuantitatif, teknik yang digunakan adalah teknik *random sampling* untuk menentukan responden. Responden dari penelitian di atas adalah seluruh calon legislatif DPR Aceh, ditentukan dengan menghitung tingkat kesalahan sebesar 5% dan tingkat kepercayaan 95% yang terdapat pada tabel penentuan jumlah sampel dari populasi tertentu. Dari 1385 populasi maka peneliti di atas mendapatkan 279 calon anggota legislatif.

Hasil dari penelitian ini ialah setelah dilakukan uji korelasi maka hasil koefisien korelasi sebesar  $(r) = 0,130$  dan nilai signifikansi  $p=0,030$  yang berarti bahwa terdapat hubungan yang lemah namun signifikan antara kontrol

diri dan gaya hidup hedonisme pada calon legislatif DPR Aceh. Hubungan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi Kontrol Diri semakin tinggi juga Gaya Hidup Hedonisme sebaliknya semakin rendah Kontrol Diri, semakin rendah juga Gaya Hidup Hedonisme.<sup>23</sup>

Berdasarkan penelitian di atas menjelaskan bahwa hubungan dengan penelitian ini adalah sebagai penentang dari hasil penelitiannya. Karena hasil penelitian di atas diketahui adanya hubungan positif antar variabel. Persamaan penelitian di atas adalah pada variabel yang sama yaitu kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme. Sedangkan letak perbedaannya adalah pada responden, pada penelitian di atas menggunakan subjek calon anggota legislatif DPR Aceh 2024, sedangkan pada penelitian ini yaitu mahasiswa asal Kalimantan Timur di Yogyakarta.

4. Jurnal karya Wahyu Imam Budi Sampurno dan An Riwi Widyastuti dari Fakultas Psikologi Universitas Abadi Karya Indonesia Semarang dengan judul Hubungan antara Kontrol diri dengan Gaya Hidup Hedonisme pada anggota Yanma Polda Jateng. Tujuan penelitian di atas untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme. Metode Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik uji korelasi antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis pada anggota Yanma Polda Jateng. Responden dari penelitian ini adalah anggota Yanma Polda Jateng yang berjumlah 150 orang namun 1 orang tidak bisa melanjutkan karena

---

<sup>23</sup> Adam Furqon, "Hubungan Kontrol Diri Dengan Gaya Hidup Hedonisme Pada Calon Anggota Legislatif DPR Aceh 2024" (Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, 2024), <https://doi.org/https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/38243>.

terdapat data yang tidak terisi yang berakibat tidak bisa dianalisis. Jadi total responden berjumlah 149 orang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif signifikan antara variabel kontrol diri dengan gaya hidup hedonisme. Hal ini berdasarkan hasil analisis diperoleh  $r_s = -0.673$  dengan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 1\%$ ). Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kontrol diri seseorang, maka semakin rendah pula gaya hidup hedonisme.<sup>24</sup>

Berdasarkan penelitian di atas menjelaskan bahwa penelitian di atas sebagai pendukung dari penelitian ini. Karena hasil dari penelitian di atas hasilnya adalah adanya hubungan negatif antar variabel. Persamaan penelitian ini di atas adalah pada variabel yang digunakan yaitu kontrol diri dan gaya hidup hedonisme, sedangkan letak perbedaannya pada Subjek penelitiannya, pada penelitian di atas menggunakan subjek anggota Yanma Polda Jateng, sedangkan pada penelitian ini menggunakan mahasiswa asal Kalimantan Timur di Yogyakarta.

5. Jurnal karya Wahdini Surizal Putri dkk dari Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Putra Indonesia YPTK Padang dengan judul Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Membolos Siswa SMK N 7 Padang. Tujuan penelitian di atas untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan perilaku membolos siswa SMK N 7 Padang. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif bersifat korelasional. Responden dari

---

<sup>24</sup> Wahyu Imam Budi Sampurno and An Riwi Widyastuti, "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Gaya Hidup Hedonisme Pada Anggota Yanma Polda Jateng," *Journal Image* 04, no. 2 (2024): 27–42.

penelitian ini yaitu siswa kelas XI SMK N 7 Padang semester genap Tahun Ajaran 2022/2023 yang berjumlah 175 siswa. Lalu menjadi 122 siswa setelah dilakukan teknik pengambilan sampel menggunakan *proportionate stratified random sampling*.

Hasil Penelitian ini menunjukkan setelah dilakukan uji t diperoleh sig sebesar  $0,000 < 0,05$  yang berarti signifikan. Dengan ini dapat disimpulkan adanya hubungan positif antara Kontrol diri dan Perilaku Membolos di SMK N 7 Padang. Semakin tinggi tingkat kontrol diri siswa, maka semakin rendah juga siswa akan melakukan perilaku membolos.<sup>25</sup>

Berdasarkan penelitian di atas menjelaskan bahwa hubungan dengan penelitian ini adalah sebagai penentang. Hal ini disebabkan karena adanya perbedaan pada variabel *dependent*. Namun alasan peneliti mengambil penelitian di atas karena kesamaan meneliti kontrol diri dengan perilaku yang menyimpang. Sementara perbedaannya lainnya yaitu pada subjek penelitiannya, peneliti di atas menggunakan subjek siswa SMK N 7 Padang sedangkan penelitian ini menggunakan subjek Mahasiswa Aktif asal Kalimantan Timur di Yogyakarta.

6. Jurnal karya dari Elmy Andrianti dan Indri Rachmawati dari Prodi Manajemen Komunikasi, Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Islam Bandung, Indonesia dengan judul Hubungan antar Tayangan Youtube Sasih Halilintar dengan Gaya Hidup Hedonisme. Tujuan penelitian ini adalah untuk

---

<sup>25</sup> Dini Wahdini Surizal Putri, Linda Fitria, and Rini Sefriani, "Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Membolos Siswa SMK N 7 Padang," *Jurnal Pti (Pendidikan Dan Teknologi Informasi) Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universita Putra Indonesia "Yptk" Padang* 10, no. 2 (2023): 112–17, <https://doi.org/10.35134/jpti.v10i2.171>.

mengetahui adanya hubungan antara Terpaan Media dengan Gaya Hidup Hedonisme. Metode Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan studi korelasional. Populasi yang diambil yaitu sebanyak 337 siswa dan siswi SMA N 3 Bekasi. Lalu dengan menggunakan rumus slovin maka besarnya sampel ini menjadi 77 orang.

Hasil penelitian ini menjadi dapat disimpulkan bahwa semakin sering dan lama responden menonton video, Semakin sering dan lama responden menonton video, semakin besar pula pengaruhnya terhadap aktivitas, minat, dan opini mereka. Selain itu, perhatian yang diberikan saat menonton juga terkait dengan ketiga aspek tersebut, dengan pengaruh yang lebih kuat terhadap minat responden. Dengan demikian, faktor frekuensi, durasi, dan perhatian berperan dalam membentuk perilaku, minat, dan opini terhadap konten yang dikonsumsi.<sup>26</sup>

Berdasarkan penelitian di atas menjelaskan bahwa hubungan dengan penelitian ini sebagai penantang. Hal ini disebabkan karena adanya perbedaan pada variabel *independent* antar penelitian di atas dengan penelitian ini. Persamaan penelitian di atas dengan penelitian ini pada variabel Gaya Hidup Hedonisme dan pada metode penelitiannya yaitu metode kuantitatif. Sementara perbedaan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah pada variabel Tayangan Youtube Saaih Halilintar dan subjek penelitian yaitu siswa SMA N 3 Bekasi, sedangkan pada penelitian ini menggunakan variabel

---

<sup>26</sup> Elmy Andrianti and Indri Rachmawati, "Hubungan Antara Tayangan Youtube Saaih Halilintar Dengan Gaya Hidup Hedonisme," *Jurnal Riset Manajemen Komunikasi* 1, no. 1 (2021): 1–7, <https://doi.org/10.29313/jrmk.v1i1.60>.

kontrol diri dan subjek penelitian menggunakan mahasiswa asal Kalimantan Timur di Yogyakarta.

Berdasarkan penelitian di atas, peneliti melihat sebagai acuan dalam melaksanakan penelitian ini sehingga tidak terjadi kesalahan pada saat meneliti, selain itu untuk menghindari kesamaan isi, tempat, dan subjek penelitian dengan penelitian ini. Penelitian di atas dapat dilihat memiliki perbedaan dengan penelitian ini yang terletak pada, populasi dan sample penelitian, subjek penelitian, Lokasi penelitian, rumusan masalah dan tujuan penelitian. Hasil penelitian di atas menunjukkan perbedaan hasil antara satu penelitian dan penelitian lainnya, perbedaan terbesar terletak pada tingkat variabel kontrol diri yang rendah atau tinggi yang bergantung pada subjek penelitian. Maka dari itu Peneliti dalam Penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa asal Kalimantan Timur di Yogyakarta yang notabene mereka adalah perantau dari luar Pulau Jawa.

Berdasarkan hal tersebut maka dapat dipahami bahwa penelitian yang berjudul “Hubungan antara Kontrol diri dengan Kecenderungan Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa asal Kalimantan Timur di Yogyakarta” belum pernah diteliti.

## **F. Sistematika Penelitian**

Sistematika pembahasan dalam skripsi ini digunakan sebagai langkah dalam penulisan skripsi, berikut penjelasan dari masing-masing bab:

BAB I : Pendahuluan

Pendahuluan pada penelitian ini berisi latar belakang, rumusan masalah,

tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan kajian pustaka. Latar belakang penelitian berisi alasan dalam melakukan penelitian mengenai tema variabel kontrol diri dan variabel kecenderungan gaya hidup hedonisme pada mahasiswa asal Kalimantan Timur. Rumusan masalah dan tujuan penelitian untuk mengetahui fokus utama dalam menemukan hasil penelitian mengenai hubungan antara kedua variabel tersebut. Kajian pustaka pada penelitian ini membahas hasil temuan penelitian lain untuk meninjau perbedaan dan persamaan dalam melaksanakan penelitian.

## BAB II : Kajian Teori

Kajian teori pada penelitian ini membahas mengenai pengertian, aspek, faktor, dan karakteristik pada variabel kontrol diri dan variabel kecenderungan gaya hidup hedonisme. Dalam bab ini juga membahas dinamika hubungan antara kedua variabel serta tinjauan mengenai variabel kontrol diri dan variabel kecenderungan gaya hidup hedonisme dalam perspektif Bimbingan dan Konseling Islam, termasuk strategi pencegahan dan penanganannya.

## BAB III : Metode Penelitian

Metode Penelitian berisi populasi subjek penelitian, jumlah sampel, metode pengumpulan data, uji validitas dan reliabilitas, serta analisis uji hipotesis dari data penelitian menggunakan bantuan aplikasi SPSS. Populasi subjek penelitian adalah mahasiswa asal Kalimantan Timur yang menempuh pendidikan di Yogyakarta. Jumlah sampel ditentukan menggunakan teknik insidental. Analisis uji prasyarat berupa uji normalitas dan uji hipotesis

menggunakan analisis korelasi Rank Spearman karena data tidak berdistribusi normal.

#### BAB IV : Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian berupa gambaran umum penelitian, karakteristik responden, hasil deskriptif data, dan pembahasan hasil penelitian. Karakteristik responden meliputi semester, jenis kelamin, dan tempat tinggal (asrama/indekos). Hasil deskriptif berupa jumlah mahasiswa dengan kategori kontrol diri dan gaya hidup hedonisme yang tinggi, sedang, dan rendah. Pembahasan hasil penelitian berupa hasil uji hipotesis korelasi beserta pembahasan dengan teori yang relevan yang menunjukkan hubungan negatif signifikan antara kedua variabel.

#### BAB V : Penutup

Berisi kesimpulan hasil penelitian dan saran hasil penelitian dan saran penelitian. Kesimpulan penelitian berupa hasil hipotesis penelitian yang menyatakan semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah gaya hidup hedonisme. Saran penelitian berupa saran yang diberikan peneliti untuk mahasiswa, konselor, dan peneliti selanjutnya. Saran ini ditujukan agar peneliti selanjutnya dengan tema serupa dapat mengembangkan variabel.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijawab dalam penelitian ini pada analisis data yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara Kontrol Diri dan Gaya Hidup Hedonisme pada Mahasiswa asal Kalimantan Timur di Yogyakarta. Hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,725 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ). Nilai korelasi yang negatif menunjukkan semakin tinggi Kontrol Diri, maka semakin rendah Gaya Hidup Hedonisme.

Tingkat kontrol diri mahasiswa tergolong dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kemampuan yang cukup baik dalam memodifikasi perilaku, mengelola informasi kognitif, dan mengambil keputusan. Kontrol diri juga menjadi salah satu filter dalam menghadapi faktor-faktor lain dari gaya hidup hedonisme seperti pengaruh teman sebaya dan kelas sosial. Mahasiswa mampu menetapkan tujuan studi yang jelas dan berpegang teguh pada nilai-nilai positif untuk menghindari budaya yang menjerumuskan pada hedonisme.

#### **B. Saran**

Berdasarkan penelitian, analisis, dan pembahasan yang telah dijelaskan oleh peneliti, maka peneliti memiliki beberapa saran yaitu sebagai berikut:

1. Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat mempertahankan kontrol diri dengan memilih lingkungan yang baik. Selain itu menerapkan strategi pengelolaan diri secara mandiri, seperti membuat anggaran belanja dan memprioritaskan kebutuhan dalam menunjang akademik juga harus dilakukan oleh mahasiswa.

## 2. Konselor

Konselor dapat melatih mahasiswa untuk menetapkan tujuan hidup yang jelas, menghindari sesuatu yang membuat boros, dan membangun kesadaran kolektif untuk hidup hemat. Hal ini dapat digunakan sebagai langkah pencegahan dalam menurunkan gaya hidup hedonisme mahasiswa.

## 3. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas variabel penelitian dengan meneliti faktor eksternal yang juga mempengaruhi hedonisme dan juga menggunakan subjek penelitian yang lebih luas. Selain itu bisa menggunakan metode kualitatif untuk lebih mengetahui secara dalam individu yang dalam kondisi hedonisme.

## C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu menjadi bahan evaluasi untuk penelitian selanjutnya:

### 1. Generalisasi Terbatas

Subjek penelitian hanya mencakup mahasiswa asal Kalimantan Timur di Yogyakarta. Hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan secara

mutlak untuk mahasiswa dari daerah lain atau yang berkuliah di kota berbeda.

2. Metode Pengumpulan Data, penggunaan kuesioner daring (*Google Form*) membuat peneliti tidak dapat mengontrol kondisi responden secara langsung.
3. Keterbatasan Variabel, Penelitian ini hanya berfokus pada pengaruh kontrol diri. Faktor lain yang berpotensi mempengaruhi gaya hidup hedonisme, seperti teman sebaya, media sosial, dan status ekonomi, tidak diteliti.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abrianto, Danny, and Vinna Salwa Arani. "Analisis Gaya Hidup Hedonisme Di Kalangan Mahasiswa (Studi Kasus: Mahasiswa Ilmu Filsafat Universitas Pembangunan Panca Budi Medan)." *AR-RASYID : Jurnal Pendidikan Agama Islam* 1, no. 2 (2021): 79–87. <https://doi.org/10.30596/arraysid.v1i2.8744>.
- Aditya, D. "Data Dan Metode Pengumpulan Data," 2013, 1–3.
- Adz-Dzaky, Hamdani Bakran "Psikoterapi Konseling Islam," 2002.
- Alfathi, Bintang Ridzky. "10 Provinsi Terkaya Berdasarkan PDRB per Kapita 2024," 2025. <https://data.goodstats.id/statistic/10-provinsi-terkaya-berdasarkan-pdrb-per-kapita-2024-PJymV>.
- Amelia, Reski. "Pengaruh Kepribadian, Gaya Hidup Dan Konsep Diri Terhadap Keputusan Pembelian Online Di Kota Makassar." *Repository UIN Alauddin Makassar*. UIN Alauddin Makassar, 2017.
- Amin, S M. *Bimbingan Dan Konseling Islam*. Amzah, 2010. <https://books.google.co.id/books?id=1hdcnQAACAAJ>.
- Andini, Diah Tri, and Lisa Adhrianti. "Hubungan Interpersonal Pada Remaja Hedon (Studi Pada Mahasiswa Hukum Universitas Bengkulu)." *Jurnal Kaganga: Jurnal Ilmiah Sosial Dan Humaniora* 3, no. 2 (2022): 31–40. <https://doi.org/10.33369/jkaganga.3.2.31-40>.
- Andriani, Nadifa. "Hubungan Persepsi Menggunakan Handphone Kontrol Diri Negatif Siswi MTs Sunan Kalijogo Karang Besuki Malang." *Etheses UIN Malang*. Universitas Islam Negeri Islam Maulana Malik Ibrahim Malang, 2014.
- Ardita Sindy, and Melikai Jihan El-Yunusi. "Mahasiswa Sebagai Agen Transformasi Dalam Pendidikan Perspektif Muhammad Iqbal." *Al-Ibrah : Jurnal Pendidikan Dan Keilmuan Islam* 8, no. 2 (2023): 53–67. <https://doi.org/10.61815/alibrah.v8i2.280>.
- Arinda, Dina. "Konformitas Dengan Gaya Hidup Hedonisme Pada Mahasiswa." *Jurnal Imiah Psikologi* 9, no. 3 (2021): 528–34. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>.
- "Arti Kata Cenderung - Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online." Accessed November 26, 2025. <https://kbbi.web.id/cenderung>.
- Az-Zahrini, Musfir bin Said, Sari [pnj] Narulita, and Miftahul [pnj] Jannah. *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani Press, 2005.

- Azizah, Fatia Nur, and Endang Sri Indrawati. "Kontrol Diri Dan Gaya Hidup Hedonis Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomika Dan Bisnis Universitas Diponegoro." *Jurnal EMPATI* 4, no. 4 (2015): 156–62.
- Azwar, Saifuddin. *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Pustaka pelajar, 2022.
- Baumeister, Roy F, Laura Smart, and Joseph M Boden. "Relation of Threatened Egotism to Violence and Aggression: The Dark Side of High Self-Esteem." *Psychological Review*. US: American Psychological Association, 1996. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.103.1.5>.
- Baumeister, Roy F, and John Tierney. *Willpower: Rediscovering the Greatest Human Strength*. *Willpower: Rediscovering the Greatest Human Strength*. New York, NY, US: Penguin Press, 2011.
- Cahyaning, Enggar, and Fuadhillah Putri. "Pengaruh Rasio Pertumbuhan, Rasio Efektivitas, Dan Rasio Efisiensi Terhadap Kesejahteraan Masyarakat Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)." *Jurnal Literasi Akuntansi* 2, no. 4 (2023): 257–63. <https://doi.org/10.55587/jla.v2i4.85>.
- Chaplin, James J. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali Pers 2014, 2014.
- Defina, Zahra Putri, Sri Utami, and Wice Purwani Suci. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kontrol Diri Wanita Usia Subur (WUS) Untuk Melakukan Pemeriksaan IVA." *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa* 2, no. 2 (2023): 112–19. <https://doi.org/10.57218/jkj.vol2.iss2.902>.
- Regia Pawestri, Delonix dan Annisa Warastri. "Hubungan Kontrol Diri Dan Gaya Hidup Hedonis Dengan Perilaku Konsumtif Terhadap Produk Fashion Pada Mahasiswa Laki-Laki Di Yogyakarta." *Multidisciplinary Research and Development* 7, no. 1 (2024): 1–8.
- Domagalski, Theresa, and Tim Kasser. "The High Price of Materialism." *The Academy of Management Review* 29 (January 1, 2004): 135. <https://doi.org/10.2307/20159018>.
- Dwi Marsela, Ramadona, and Mamat Supriatna. "Kontrol Diri: Definisi Dan Faktor." *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research* 3, no. 2 (2019): 65–69.
- Elmy Andrianti, and Indri Rachmawati. "Hubungan Antara Tayangan Youtube Saaiah Halilintar Dengan Gaya Hidup Hedonisme." *Jurnal Riset Manajemen Komunikasi* 1, no. 1 (2021): 1–7. <https://doi.org/10.29313/jrmk.v1i1.60>.
- Engel, J F, R D Blackwell, and P W Miniard. *Consumer Behavior*. Dryden Press

Series in Marketing. Dryden Press, 1990.  
<https://books.google.co.id/books?id=lvAY31YYFIMC>.

Fahmi, Jihan Zul, M. Ramli, and Nur Hidayah. "Teknik Self-Management Sebagai Upaya Mereduksi Gaya Hidup Hedonis Siswa SMA." *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan* 4, no. 10 (2019): 1408.  
<https://doi.org/10.17977/jptpp.v4i10.12887>.

Fara, Lintang ArungLamba Augus, Dwi Susilo Ayuningtyas, Tutik Ernawati, Elisa Febriana, and Dwi Widyaningrum. "Fenomena Hedonisme Pada Kalangan Mahasiswa Perguruan Tinggi Swasta Di Yogyakarta." *Jurnal Transformasi Humaniora* 7, no. 2 (2024): 67–72.

Fauzi, Muhammad Hafidz, Sri Diana Putri, Rahma Agustina Fadhillah, Mirna Kurniati, Annisa Rizki Pebriani, Muhamad Raihan Eka Putra, and Rama Wijaya Abdul Rozak. "Analisis Tingkat Literasi Keuangan Dalam Pengelolaan Finansial Pribadi Mahasiswa." *Akuntansi Pajak Dan Kebijakan Ekonomi Digital* 1, no. 2 (2024): 37–50.  
<https://doi.org/10.61132/apke.v1i2.74>.

Fitriyah, Lailatul, M.Psi, and S.Pd. Jauhar, Muhammad. *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Prestasi Pustaka Jakarta, 2014.

Furqon, Adam. "Hubungan Kontrol Diri Dengan Gaya Hidup Hedonisme Pada Calon Anggota Legislatif DPR Aceh 2024." Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, 2024. <https://doi.org/https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/38243>.

Ghozali, Muhammad. "Pengaruh Akun Instagram @attahalilintar Terhadap Gaya Hidup Konsumtif Pada Anggota Himpunan Mahasiswa Bontang Di Yogyakarta." Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021.

Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. "Teori-Teori Psikologis," 2010.

Gottfredson, Michael R, and Travis Hirschi. "A General Theory of Crime." *A General Theory of Crime*. Stanford University Press, 1990.

Gross, James J. *Handbook of Emotion Regulation 2nd Edition. Handbook of Emotion Regulation*, 2014. <https://www.iccpp.org/wp-content/uploads/2020/07/Handbook-of-emotion-regulation.pdf>.

Heathwood, Chris. "Desire Satisfactionism and Hedonism." *Philosophical Studies* 128, no. 3 (2006): 539–63. <https://doi.org/10.1007/s11098-004-7817-y>.

Herlina, Erna Rika. "Pandangan Islam Terkait Gaya Hidup Hedonisme Pada Generasi Z." *Andragogi : Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam* 5, no. 1

(2023): 1–10. <https://doi.org/10.33474/ja.v5i1.16183>.

- Hikmawati, Fenti. “Bimbingan Dan Konseling Perspektif Islam.” *Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada*, 2015.
- Humaira, Zaitin. “Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Fear of Missing Out (Fomo) Pada Mahasiswa Uin Ar-Raniry Banda Aceh.” *Skripsi*, 2022, 48–50.
- Kosasih, Suci Riandari. “Gaya Hidup Hedonis Pada Mahasiswa Yang Melakukan Clubbing.” Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2018.
- Mansyur, and Casmini. “Kontrol Diri Dalam Perspektif Islam Dan Upaya Peningkatannya Melalui Layanan Bimbingan Konseling Islam.” *At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam* 5, no. 2 (2022): 1–15.
- Mardiyan Suryani, Siti Achira. “Gaya Hidup Hedonisme Dalam Konsumsi Ditinjau Dari Perspektif Ekonomi Islam.” *Al-Intaj* 5, no. 2 (2019): 238–50.
- Marpaung, Junierissa. “Kuranganya Kontrol Diri Siswa Di Lingkungan SMK N 2 Batam.” *Jurnal Dimensi* 5 (2016).
- Mischel, Walter. “The Marshmallow Test: Mastering Self-Control.” *The Marshmallow Test: Mastering Self-Control*. New York, NY, US: Little, Brown and Co, 2014.
- Munawaroh, Mufidatul. “Hedonisme Remaja Sosialita.” *TA’LIM: Jurnal Studi Pendidikan Islam* 5, no. 2 (2022): 194–210. <https://doi.org/10.52166/talim.v5i2.3026>.
- Muraven, Mark, and Roy F Baumeister. “Self-Regulation and Depletion of Limited Resources: Does Self-Control Resemble a Muscle?” *Psychological Bulletin*. US: American Psychological Association, 2000. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.2.247>.
- Nafiisah Aliyatul Haq, Amalia, Irianti Usman Natanegara, and Nurlaela Hamidah. “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Self-Control Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Bandung.” *Bayani* 2, no. 2 (2022): 176–91. <https://doi.org/10.52496/bayaniv.2i.2pp176-191>.
- Nisya’, Nur Laila Khairatun. “Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Hedonisme Ditinjau Dari Status Tempat Tinggal Pada Siswa SMK Kholiliyah Bangsri.” *Ayan*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2024.
- Nursalbi, Yulfiariza. “Kecenderungan Gangguan Kepribadian Narsistik Pada Remaja Pengguna Instagram.” Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim

Riau, 2018.

Parmitasari, Rika Dwi Ayu, Zulfahmi Alwi, and Sunarti S. “Pengaruh Kecerdasan Spritual Dan Gaya Hidup Hedonisme Terhadap Manajemen Keuangan Pribadi Mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri Di Kota Makassar.” *Jurnal Minds: Manajemen Ide Dan Inspirasi* 5, no. 2 (2018): 147. <https://doi.org/10.24252/minds.v5i2.5699>.

Prof. Dr. Sugiyono. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Edited by Sutopo. Bandung: Alfabeta, Bandung, 2013.

Safitri, Chairun Nisa, and M Husnaini. “Konsumtif Pada Mahasiswa Magister Ilmu Agama.” *Jurnal Mahasiswa FIAI-UII, at-Thullab, Vol.7, Nomor.1, Januari-April, 2025 ISSN:, 2025, 22–36*.

Sahna, Rizqia Aufa, Al Adawiyah, Tri Robiah, Pertiwi, Puspita Rimba, Alpiah, Ipah, dan Nispahul Aisah. “Hubungan Kontrol Diri Dengan Gaya Hidup Hedonis Pada Mahasiswa Tahun Pertama.” *Indonesian Research Journal on Education* 4 (2024).

Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian Psikologi,II* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017), 5. 44,” 44–58, n.d.

Sampurno, Wahyu Imam Budi, and An Riwi Widyastuti. “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Gaya Hidup Hedonisme Pada Anggota Yanma Polda Jateng.” *Journal Image* 04, no. 2 (2024): 27–42.

Snyder, Mark, and Steve Gangestad. “On the Nature of Self-Monitoring. Matters of Assessment, Matters of Validity.” *Journal of Personality and Social Psychology* 51, no. 1 (1986): 125–39. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.1.125>.

Suciptaningsih, Oktaviani Adhi. “Hedonisme Dan Konsumerisme Dalam Perspektif Dramaturgi Erving Goffman.” *Equilibria Pendidikan: Jurnal Ilmiah Pendidikan Ekonomi* 2, no. 1 (2017): 25–32. <https://doi.org/10.26877/ep.v2i1.2191>.

Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfabeta, 2013.

Sutirna, H. “Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Formal, Non Formal Dan Informal.” *Yogyakarta: Andi Offset*, 2013.

Sutoyo, A. *Bimbingan & Konseling Islami (Teori Dan Praktik)*. Pustaka Pelajar, 2013. <https://books.google.co.id/books?id=zXLq0AEACAAJ>.

Syaiful, Ahmad. “Peran Mahasiswa Sebagai Agen Perubahan Di Masyarakat.”

*Journal of Instructional and Development Researches* 3, no. 1 (2023): 29–34.  
<https://doi.org/10.53621/jider.v3i1.102>.

Tangney, June P, Roy F Baumeister, and Angie Luzio Boone. “High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success.” *Journal of Personality*. Tangney, June P.: Dept. of Psychology, George Mason University, 4400 University Drive, Fairfax, VA, US, 22030-4444: Blackwell Publishing, 2004. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>.

Taufa, Nabila angela. “Hubungan Harga Diri Dengan Kecenderungan Gaya Hidup Hedonisme Pada Mahasiswa Sumatera Barat Yang Kuliah Di Banda Aceh.” *Skripsi*, 2022.

Trimartati, Novita. “Studi Kasus Tentang Gaya Hidup Hedonisme Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Angkatan 2011 Universitas Ahmad Dahlan.” *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 3, no. 1 (2014): 20. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v3i1.4462>.

VanDellen, Michelle Renne. “Social, Personal, And Environmental Influences on Self Control.” *Department of Psychology and Neuroscience Duke University*, 2008, 1–69.

Veenhoven, Ruut. “Hedonism and Happiness.” *Journal of Happiness Studies* 4, no. 4 (2003): 437–57. <https://doi.org/10.1023/B:JOHS.0000005719.56211.fd>.  
———. “Hedonism and Society” 4 (2003): 437–57.

Veronika, Carin. “Peran Keberfungsian Keluarga Terhadap Kontrol Diri Remaja Yang Mengakses Situs Pornografi.” Universitas Sriwijaya, 2021.

Wahdini Surizal Putri, Dini, Linda Fitria, and Rini Sefriani. “Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Membolos Siswa SMK N 7 Padang.” *Jurnal Pti (Pendidikan Dan Teknologi Informasi) Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universita Putra Indonesia “Yptk” Padang* 10, no. 2 (2023): 112–17. <https://doi.org/10.35134/jpti.v10i2.171>.

Widyarto, Wikan Galuh. “Teori Konseling Dan Tekniknya.” Tulungagung: Satu Press, 2021.

Willis, Sofyan S. *Konseling Individual: Teori Dan Praktek*. Bandung: CV Alfabeta, 2014.

Wulandari, Astuti. “Pengaruh Gaya Hidup Hedonis, Perilaku Konsumtif, Dan Kemudahan Transaksi Terhadap Keputusan Penggunaan Shopee Paylater.” *Skripsi Sekolah Tinggi Ilmu Manajemen Yayasan Keluarga Pahlawan Negara Yogyakarta*, 2023, 1–23.

Yu, Steffanie, and Ari Setiyaningrum. "Studi Mengenai City Branding Kota Yogyakarta Sebagai Kota Pelajar Di Indonesia." *Matrik : Jurnal Manajemen, Strategi Bisnis Dan Kewirausahaan*, 2019, 31. <https://doi.org/10.24843/matrik:jmbk.2019.v13.i01.p04>.

Yusuf, Syamsu, and A Juntika Nurihsan. "Landasan Bimbingan & Konseling," 2019.

