

KORELASI ANTARA *SELF-CONTROL* DENGAN *SELF-GIFT* DALAM PERSPEKTIF MUHASABAH PADA MAHASISWA UIN SUNAN AMPEL SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S. Sos)



Oleh:

A. Musthofa Kamal
NIM. 04020322036

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2026**

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : A. Musthofa Kamal

NIM : 04020322036

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Angkatan : 2022

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul "**KORELASI ANTARA *SELF-CONTROL* DENGAN *SELF-GIFT* DALAM PERSPEKTIF MUHASABAH PADA MAHASISWA UIN SUNAN AMPEL SURABAYA**" Apabila saat nanti saya terbukti melakukan plagiasi, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang ditetapkan.

Demikian pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 12 Maret 2026




LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : A. Musthofa Kamal
NIM : 04020322036
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Korelasi Antara *Self-Control* dengan *Self-Gift*
dalam Perspektif Muhasabah pada Mahasiswa UIN
Sunan Ampel Surabaya

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 12 Maret 2026
Menyetujui Pembimbing,



Dr. Agus Santoso S.Ag. M.Pd.
NIP. 197008251998031002

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

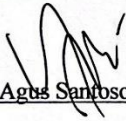
KORELASI ANTARA *SELF-CONTROL* DENGAN *SELF-GIFT* DALAM PERSPEKTIF MUHASABAH PADA MAHASISWA UIN SUNAN AMPEL SURABAYA SKRIPSI

Disusun Oleh
A. Musthofa Kamal
04020322036

Telah Diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu pada
tanggal 02 April 2026

Dewan Penguji

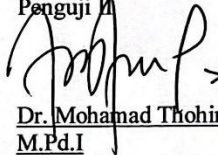
Penguji I



Dr. Agus Santoso S.Ag. M.Pd.

NIP. 197008251998031002

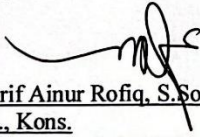
Penguji II



Dr. Mohamad Thohir, S.Pd.I.,
M.Pd.I.

NIP. 197905172009011007

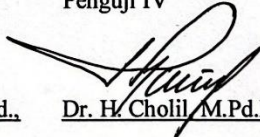
Penguji III



Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I, S.Pd.,
M.Pd., Kons.

NIP. 197708082007101004

Penguji IV



Dr. H. Cholil M.Pd.I.

NIP. 196506151993031005

Mengetahui

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Ampel Surabaya



Dr. Moch. Chotul Arif, S.Ag. M. Fil.I.

NIP. 197110171998031001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : A. Musthofa Kamal
NIM : 04020322036
Fakultas/Jurusan : Fakultas Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : musthofakamal2020@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
 Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

KORELASI ANTARA *SELF-CONTROL* DENGAN *SELF-GIFT* DALAM PERSPEKTIF
MUHASABAH PADA MAHASISWA UIN SUNAN AMPEL SURABAYA

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 12 Maret 2026

Penulis

(A. Musthofa Kamal)

ABSTRAK

A. Musthofa Kamal, NIM. 04020322036, 2026. Korelasi Antara *Self-Control* Dengan *Self-Gift* Dalam Perspektif Muhasabah Pada Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena gaya hidup mahasiswa modern yang cenderung mengapresiasi diri melalui *self-gift* di tengah tekanan akademik yang tinggi. Namun, pemberian hadiah pada diri sendiri yang tidak terkendali berisiko terjebak dalam perilaku konsumtif dan pemborosan (*israf*). Oleh karena itu, diperlukan integrasi antara pengendalian diri secara psikologis (*self-control*) dan kontrol spiritual melalui konsep muhasabah agar perilaku tersebut tetap berada dalam koridor keseimbangan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengendalian diri (*self-control*) dan perilaku pemberian hadiah pada diri sendiri (*self-gift*) dalam perspektif muhasabah pada mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan dukungan data kualitatif. Penelitian ini melibatkan 80 mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya sebagai responden. Data dikumpulkan melalui kuesioner Brief Self-Control Scale dan *Self-gifting* Behavior Scale, kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman Rank.

Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara *self-control* dan *self-gift* dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,242 dan nilai signifikansi sebesar 0,031. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi pengendalian diri, maka semakin rendah kecenderungan *self-gift* yang bersifat impulsif. Secara kualitatif, perilaku *self-gift* mahasiswa telah mencerminkan tahapan muhasabah yang meliputi musyarahah, muraqabah, muhasabah, dan mu'aqabah. Penelitian menyimpulkan bahwa penguatan aspek introspeksi diri sangat krusial agar *self-gift* tetap menjadi bentuk apresiasi diri yang proporsional serta terhindar dari perilaku berlebihan (*israf*).

Kata Kunci: *Self-Control*, *Self-Gift*, Muhasabah, Mahasiswa.

ABSTRACT

A. Musthofa Kamal, NIM. 04020322036, 2026. *Correlation Between Self-Control and Self-Gift in the Perspective of Muhasabah in Students of UIN Sunan Ampel Surabaya.*

This research is motivated by the lifestyle phenomenon of modern students who tend to appreciate themselves through self-gifts amidst high academic pressure. However, uncontrolled self-gifting risks falling into consumerist and wasteful behavior (israf). Therefore, an integration of psychological self-control and spiritual self-control through the concept of self-reflection (muhasabah) is necessary to maintain balance in these behaviors. This study aims to analyze the relationship between self-control and self-gifting behavior from a muhasabah perspective among students at UIN Sunan Ampel Surabaya.

The research method used was a quantitative correlational approach supported by qualitative data. This study involved 80 UIN Sunan Ampel Surabaya students as respondents. Data were collected using the Brief Self-control Scale and Self-gifting Behavior Scale questionnaires, then analyzed using the Spearman Rank correlation test.

The results of the study showed a significant negative correlation between self-control and self-gift with a correlation coefficient value of -0.242 and a significance value of 0.031. This indicates that the higher the self-control, the lower the tendency for impulsive self-gifting. Qualitatively, students' self-gifting behavior has reflected the stages of muhasabah which include musyaratah, muraqabah, muhasabah, and mu'aqobah. The study concluded that strengthening the aspect of self-introspection is crucial so that self-gifting remains a form of proportional self-appreciation and avoids excessive behavior (israf).

Keywords: *Self-Control, Self-Gift, Muhasabah, Students.*

خلاصة

أ. مصطفى كمال ، نيم. 04020322036, 2026. العلاقة بين ضبط النفس والهيئة الذاتية في منظور المحاسبة على طلاب جامعة سونان أمبيل سورابايا

ينطلق هذا البحث من ظاهرة نمط حياة الطلاب المعاصرين الذين يميلون إلى تقدير نواتهم من خلال الهدايا الشخصية وسط ضغوط أكاديمية عالية. إلا أن الإفراط في تقديم الهدايا الشخصية قد يؤدي إلى الوقوع في سلوك استهلاكي مُسرف. لذا، يُعدّ دمج ضبط النفس النفسي وضبط النفس الروحي من خلال مفهوم المحاسب ضروريًا للحفاظ على التوازن في هذه السلوكيات. تهدف هذه الدراسة إلى تحليل العلاقة بين ضبط النفس وسلوك تقديم الهدايا الشخصية من منظور المحاسب لدى طلاب جامعة سونان أمبيل الحكومية الإسلامية في سورابايا.

استخدمت الدراسة المنهج الكمي الارتباطي المدعوم ببيانات نوعية. شملت الدراسة 80 طالبًا وطالبة من جامعة سونان أمبيل الحكومية الإسلامية في سورابايا. جُمعت البيانات باستخدام استبيان مقياس ضبط النفس المختصر ومقياس سلوك تقديم الهدايا الشخصية، ثم حُللت باستخدام اختبار ارتباط رتبة سبيرمان.

أظهرت النتائج وجود ارتباط سلبي قوي بين ضبط النفس وإهداء الذات، بمعامل ارتباط قدره -0.242 وقيمة دلالة إحصائية قدرها 0.031. يشير هذا إلى أنه كلما زاد ضبط النفس، قلّ الميل إلى إهداء الذات بانديفاع. نوعيًا، يعكس سلوك إهداء الطلاب لأنفسهم مراحل التأمل الذاتي، والتي تشمل: المراجعة، والمراقبة، والحساب، والتقييم. وخلصت الدراسة إلى أن تعزيز التأمل الذاتي أمر بالغ الأهمية لكي يظل إهداء الذات شكلاً متناسبًا من أشكال تقدير الذات، وتجنب السلوك المفرط (الإسراف).

الكلمات المفتاحية: ضبط النفس، إهداء الذات، التأمل الذاتي، الطلاب

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI.....	ii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR TRANSLITERASI.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Definisi Operasional.....	6
1. <i>Self-Control</i>	6
2. <i>Self-Gift</i>	7
F. Hipotesis	7
G. Sistematika Pembahasan.....	8
BAB II KAJIAN TEORETIK	10
A. Landasan Teori.....	10
1. <i>Self-Control</i>	10
2. <i>Self-Gift</i>	15

3. Muhasabah.....	18
B. Kajian Perspektif Dakwah Islam.....	32
C. Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	41
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	41
B. Lokasi Penelitian.....	42
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	43
1. Populasi.....	43
2. Sampel	44
3. Teknik Sampling	46
D. Variabel dan Indikator Variabel.....	46
1. Variabel bebas atau independent.....	46
2. Variabel terikat atau dependen.....	47
3. Indikator Penelitian	47
E. Teknik Pengumpulan Data.....	49
1. Angket	49
2. Literatur Riview	52
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	52
1. Uji Validitas	52
2. Uji Reliabilitas	55
G. Teknik Analisis Data.....	56
1. Statistik Deskriptif.....	56
2. Uji Prasyarat Analisis	57
3. Uji Hipotesis	57
4. Analisis Data Deskriptif-Kualitatif (Data Essay)	58

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
A. Gambaran Umum Subjek Penelitian	61
1. Sejarah UIN Sunan Ampel Surabaya	61
2. Objek Penelitian	62
B. Penyajian Data	63
1. Deskripsi Responden	63
2. Deskripsi Statistik Variabel	63
3. Kategorisasi Variabel	64
4. Hasil Uji Normalitas	66
C. Hasil Uji Hipotesis	67
D. Analisis Deskriptif Kualitatif	69
E. Pembahasan Hasil Penelitian	72
1. Perspektif Teoretis	72
2. Perspektif Keislaman	74
BAB V PENUTUP	79
A. Kesimpulan	79
B. Rekomendasi	80
C. Keterbatasan Penelitian	80
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN	87

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue Print Skala <i>Self-control</i>	48
Tabel 3. 2 Blue Print Skala <i>Self-gift</i>	48
Tabel 3. 3 Kriteria Penilaian Instrumen	51
Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas <i>Self-control</i>	53
Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas <i>Self-gift</i>	54
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas <i>Self-control</i>	55
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas <i>Self-gift</i>	55
Tabel 4. 1 Deskripsi Statistik Variabel Penelitian	64
Tabel 4. 2 Kategorisasi <i>Self-control</i>	65
Tabel 4. 3 Kategorisasi <i>Self-gift</i>	65
Tabel 4. 4 Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	66
Tabel 4. 5 <i>Spearman Rank Correlation</i>	68



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Hamid al-Ghazali, *Ringkasan Ihya' Ulumuddin*, terj. Zeid Husein Al-Hamid (Jakarta: Pustaka Amani, 2007), hlm. 532-535.
- Adha, R., & fuadi Tanjung, A. (2023). Persepsi dan Keputusan Investasi Masa Depan pada Generasi Milenial dan Gen Z. *Al-Mutharahah: Jurnal Penelitian dan Kajian Sosial Keagamaan*, 20(2), 257-266.
- Ahmad, J. (2018). Muhasabah Sebagai Upaya Mencapai Kesehatan Mental. *Islamic Studies, December*, 1-16.
- Ainul Mardziah binti Zulkifli, "Konsep Muhasabah Diri Menurut Imam al-Ghazali (Studi Deskriptif Analisis Kitab Ihya' Ulumiddin)", (Skripsi: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh, 2018), hlm. 15
- Al-Jauziyyah, I. Q. (2018). *Terapi mensucikan jiwa*. Qisthi Press.
- Andriani, M., Destri, N., & Hayati, Z. (2025). Locus of Control dan Self Efficacy dengan Kinerja Perawat. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 12(1), 87-95.
- Anggasta, G., & Puspitasari, D. G. G. (2024). Implikasi Budaya Self-Reward Terhadap Konsumtivitas: Studi Kasus Gen-Z. *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 2.
- Anggreini, R., & Mariyanti, S. (2014). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Perilaku Konsumtif Mahasiswi Universitas Esa Unggul. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 12(01), 126664.
- Anita Rahmawati, "Muhasabah Dan Muraqabah (1): Tingkatan Pertama, Musyarathah", <https://Muslimah.Or.Id/5833-Muhasabah-Dan-Muraqabah-1-Tingkatan-PertamaMusyarathah.Html> (Diakses: 9 Maret 202 Pukul 12.36 WIB)
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arini Uluman, N. A. F. I. A. H. (2023). *Self-control Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam* (Doctoral Dissertation, Uin Prof. Kh Saifuddin Zuhri).

- Asmara Wijaya and Repa Hudan Lisalam, "Muhasabah Diri dalam Perspektif Hadis," *Ikhlas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam* 2, no. 3 (June 2025), <https://doi.org/10.61132/ikhlas.v2i3.967>.
- Azhari, D. S., Afif, Z., Kustati, M., & Sepriyanti, N. (2023). Penelitian mixed method research untuk disertasi. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 8010-8025.
- B. F. Skinner, *SCIENCE AND HUMAN BEHAVIOR* (2014). Hlm. 227-241.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M., "The Strength Model of Self-Control," *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 2007.
- Cahyono, E. A., Sutomo, N., & Hartono, A. (2019). Literatur review; panduan penulisan dan penyusunan. *Jurnal Keperawatan*, 12(2), 12-12.
- Cholili, A. H., Zainuddin, A. Z., Rohma, T. S., Alfayn, C. M., Dewi, N., & Mahbubi, M. (2024). Penanganan Prokrastinasi Mahasiswa melalui Muhasabah Diri. *Journal of Theory and Practice in Islamic Guidance and Counseling*, 1(1), 1-13.
- Dwima Selfiana, *KORELASI MINAT BELAJAR TERHADAP HASIL BELAJAR PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN AKIDAH AKHLAK KELAS IV MIN 5 KOTA BANDAR LAMPUNG*, 2018. Hal. 60
- Emzir, *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kuantitatif dan Kualitatif* (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2012), hlm. 280-283
- Hasanah, S. A. (2018). Konsep muhasabah dalam Al-Qur'an: Telaah pemikiran al-Ghazali. *Al-Dirayah*, 2(2).
- Heath, M. T., Tynan, C., & Ennew, C. T. (2011). *Self-gift giving: Understanding consumers and exploring brand messages*. *Journal of Marketing Communications*, 17(02), 127-144.
- [https://id.wikipedia.org/wiki/Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya](https://id.wikipedia.org/wiki/Universitas_Islam_Negeri_Sunan_Ampel_Surabaya) diakses pada 02 februari 2026
- <https://quran.nu.or.id/al-araf/31> diakses pada 02 februari 2026
- <https://quran.nu.or.id/ar-rad/11> dikutip pada 10 maret 2026

- <https://www.kompas.id/artikel/universitas-islam-negeri-sunan-ampel-surabaya> diakses pada 02 februari 2026.
- Hutami, W. F. (2024). Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian. *Jurnal Public Relations Mercu Buana, Query Date, 21, 23*.
- Ibnukatsironline, tafsir surat al-hasyr ayat 18-20, <http://www.ibnukatsironline.com/2015/10/tafsir-surat-al-hasyr-ayat-18-20.html> diakses pada 02 maret 2026.
- Imam Al-Ghazzali, Ihya Ulumudiin: Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama (3), Terj. Purwanto (Bandung: Marja, 2011).
- Imam Gunawan, Pengantar Statistika Inferensial, (Jakarta: Rajawali Pers, 2016), hlm 92.
- Khairunnas Rajab, Agama Kebahagiaan: Energi Positif Iman, Islam dan Ihsan Untuk Menjaga Kesehatan Psikologi dan Melahirkan Kepribadian Qurani, (Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2012), hlm. 113.
- M. Nur Gufron & Risnawati, Teori-Teori Psikologi, Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010, Hlm 24-25.
- Maiseptian Et Al (2021). “*Self-control* Mahasiswa Perempuan Pengguna Smartphone Serta Implikasinya Dalam Bimbingan Konseling Islam.”
- Mick, D. G., & DeMoss, M. (1990). *Self-gifts: Phenomenological insights from four contexts. Journal of consumer research, 17(3), 322-332.*
- Mick, D. G., & Faure, C. (1998). Consumer *Self-gifts* in achievement contexts: the role of outcomes, attributions, emotions, and deservingness. *International Journal of Research in Marketing, 15(4), 293-307.*
- Mutmainah, M. (2021). Metode Muhasabah: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al-Ghazali: (Konsep Pendidikan Ruhaniyah Melalui Tazkiyatun nafs). *Syaikhuna: Jurnal Pendidikan Dan Pranata Islam, 12(1), 41-51.*
- Noven Azalia, Muswardi Rosra Dan Redi Eka Andriyanto, Hubungan *Self-control* Dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan 2016, 2019, Hlm 4.

- Nurul Fauziah, “PENGARUH MATERIALISTIK, *SELF-GIFT*, DAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF TERHADAP PEMBELIAN IMPULSIF” (2021). hal. 20-21
- Ridha, N. (2017). Proses Penelitian, Masalah, Variabel Dan Paradigma Penelitian. *Hikmah*, 14(1), hal 62-70.
- Ruheli, R., Setiari, I., & Nurhayaty, M. (2023). Analisis Diklat dan Keterampilan Manajerial dalam Meningkatkan Efektivitas Kerja Karyawan. *Jurnal Media Teknologi*, 10(01), 63-73.
- Sa'id Hawwa, *Mensucikan Jiwa: Konsep Tazkiyatun-Nafs Terpadu Intisari Ihya' 'Ulumuddin Al-Ghazali*, (Jakarta: Robbani Press, 1999).
- Samsuri, M. D., & Jannah, M. (2026). PENGARUH SELF-CONTROL TERHADAP PERILAKU KONSUMTIF PADA MAHASISWA PENGGUNA QRIS. *Jurnal EMPATI*, 15(01), 95-102.
- Siti Alfiatun Hasanah, *Jurnal Al-Dirayah: Konsep Muhasabah Dalam Al-Qur'an Telaah Pemikiran Al-Ghazali*, Vol.1 No.1, Tahun 2018.
- Siti Khafifah, “Pengaruh Kedisiplinan Belajar terhadap Hasil belajar Fiqih Siswa Kelas VIII di MTs Daarul Ma'arif Natar Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2016/2017
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2019.
- Sujarweni, V. W. (2014). *Metodelogi penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Perss, 74.
- Suriani, N., & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi Dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24-36.
- Sutrisno Hadi, “*Metode Research*”. Yogyakarta; Andi Offset; 2000; hal. 25
- Suwandi, L. A. (2021). *Telaah Konsep Diri Carl Rogers Melalui Perspektif Muhasabah Al-Ghazali* (Doctoral dissertation, UIN FAS Bengkulu).
- Tafsir Ibnkatsir, Tafsir Surat Al-Hasyr, ayat 18-20, (Diakses Pada 5 Maret 2026 Pukul 12.13).

- Tobing (2022), *Teknik-Teknik Bimbingan Konseling Islam Dalam Membentuk Self-control Pada Pemain Game Online*.
- UIN Sunan Ampel Surabaya. (2024). *Jumlah mahasiswa aktif UIN Sunan Ampel Surabaya*. <https://ppid.uinsa.ac.id/> diakses pada senin 23 februari 2026.
- V. Wiratna Sujarweni, *SPSS untuk Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2019),
- Wanti, E. A., & Subiyantoro, S. (2022). Manajemen evaluasi (muhasabah) diri. *JURNAL LENTERA: Kajian Keagamaan, Keilmuan dan Teknologi*, *21(2)*, 221-235.
- Widyastari, D., Atrizka, D., Ramadhani, B., & Damanik, D. S. (2020). Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Kontrol Diri Pada Siswa-Siswi SMA Swasta Ar-Rahman Medan Academic Procrastination Viewed From Self-control On Students At SMA Swasta Ar-Rahman MEDAN Sumber Daya Manusia Yang Bermutu Sehingga Dapat Hidup Mandiri, *Produ. J. Penelit. Pendidikan, Psikol. Dan Kesehat*, *1(2)*, 82-91.
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*, *3(2)*, 96-102.
- Zaharuddin, Z., & Amaliyah, R. (2014). Efektivitas muhasabah dalam proses pencapaian makna hidup pada santri kelas Xi jurusan Ips madrasah aliyah pondok pesantren Al-Ittifaqiyah Indralaya kabupaten Ogan Ilir. *Jurnal Ilmu Agama: Mengkaji Doktrin, Pemikiran, dan Fenomena Agama*, *15(2)*, 65-78.