

**PENGARUH GAYA HIDUP HEDONIS TERHADAP TINGKAT
KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA DI SMA NEGERI 1
MENDOBARAT**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)**

Oleh:

Alimatun Nisa

2224039

Program Studi Psikologi Islam

Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam

Kepada:

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYEIKH ABDURRAHMAN SIDDIK

BANGKA BELITUNG

2026



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka
E-mail : humas@iainsasbabel.ac.id Gmail : humasiainsasbabel@gmail.com

SURAT KETERANGAN
NOMOR : 239/In.40/FD/PP.00.9/06/2026

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut :

Nama : Alimatun Nisa
NIM : 2224039
Program : Strata 1
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Psikologi Islam
Judul Skripsi : Pengaruh Gaya Hidup Hedonis Terhadap Kepercayaan Diri pada Remaja di SMAN 1 Mendo Barat

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi sebesar 3% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqosyah dengan nilai cek plagiasi 25%.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 17 Juni 2026
Dekan,



Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag
NIP. 196601051997031001

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alimatun Nisa

NIM : 2224039

Jurusan : Psikologi Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Gaya Hidup Hedonis Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Remaja di SMAN 1 Mendobarat” ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka,

Yang menyatakan



Alimatun Nisa

NIM. 2224039



EMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

Jl. Raya Petaling KM 13, Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Babel, 33173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi
Saudari Alimatun Nisa
Kepada Yth,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
IAIN Syekh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di Bangka

Assalamua'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, mencermati, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan seperlunya, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan, maka Kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini :

Nama : Alimatun Nisa
NIM : 2224039
Prodi : Psikologi Islam (PI)
Judul Skripsi : Pengaruh Gaya Hidup Hedonis Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Remaja di SMAN 1 Mendobarat

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Syekh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Harapan kami, semoga dalam waktu dekat Skripsi ini dapat dimunafasyahkan.

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Bangka, 04 Mei 2026

Pembimbing II

Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag
NIP. 196601051997031001

Chitra Fraghini, M. Psi., Psikolog
NIP. 198308292023212020



**EMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jl. Raya Petaling KM 13, Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Babel, 33173

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi
Saudari Alimatun Nisa

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
Di Bangka

Assalamua'alaikum Wr. Wb

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan mencermati hasil perbaikan, maka kami selaku Konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa:

Nama : Alimatun Nisa
NIM : 2224039
Prodi : Psikologi Islam (PI)
Judul Skripsi : Pengaruh Gaya Hidup Hedonis Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Remaja di SMAN 1 Mendobarat

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian dari syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bangka, 08 Juli 2026

Pembimbing I

Pembimbing II


Prof. Dr. H. Zavadi, M. Ag
NIP. 195903271991031001


Primalita Putri Distina, M. Psi., Psikolog
NIP. 199110162023212035



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id
Website: www.iainsasbabel.ac.id

PENGESAHAN

Nomor: B-052/FD/07/2026

Skipri dengan judul: Pengaruh Gaya Hidup Hedonis Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Pada Remaja di SMAN 1 Mendobarat

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Alimatun Nisa

N I M : 2224039

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi : Psikologi Islam

telah dimunaqosyahkan pada hari Rabu tanggal 20 Mei 2026 dengan nilai **B (82,75)**, dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

DEWAN SIDANG MUNAQOSYAH

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M. Ag
NIP. 196601051997031001

Chitra Fraghini, M.Psi., Psikolog
NIP. 198308292023212020

Penguji I,

Penguji II,

Prof. Dr. H. Zayadi, M. Ag
NIP. 195903271991031001

Primalita Putri Distina, M.Psi., Psikolog
NIP. 199110162023212035

Ketua Panitia

Anja Kusuma Atmaja, M. Sos
NIP. 199212252025051001



Bangka, 08 Juli 2026

Dr. H. Iqrom Faldiansyah, M. A
NIP. 197607202011011003

MOTTO

“بقدري الكودي تكتسابو المعالي.”

Allah Memberi Kita Suatu Masalah, Karena Allah Percaya Bahwa Kita Bisa Melaluinya”

~Ustadz Adi Hidayat

“Aku Bisa Menjadi Seperti Sekarang Karena Pilihan Yang Ku Ambil kemarin”

~Eleanor Roosevelt

“Lelah boleh singgah, tapi menyerah bukan pilihan bagi jiwa yang telah berjuang sejauh ini.”

~Alimatun Nisa

PERSEMBAHAN

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Peneliti Memanjatkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, serta hidayah-Nya kepada semua hamba-Nya sehingga kita bisa merasakan nikmatnya yang masih mendapatkan keimanan dan keislaman hingga saat ini. Solawat beriringan salam yang tetap kita curahkan kepada Baginda Rasul kita Nabi Muhammad SAW yang telah membawakan rahmat bagi umatnya dan semoga kita mendapatkan rahmat pertolongan di hari akhirnya nanti. Yang membawa kita dari minazzuluma ti illa an-nur.

Disetiap waktu mengawali sesuatu yang baik tidaklah mudah, apalagi harus menjaga dan membawanya kearah yang lebih baik dan sempurna, begitu pula dengan penulisan skripsi ini. Peneliti memulai penulisan skripsi ini penuh dengan perasaan yang sabar dan tekad usaha yang gigih, serta tidak lupa untuk terus berdoa supaya dipermudahkan dalam penulisan skripsi ini sehingga akhirnya peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Disamping itu, dalam kesempurnaan penulisan skripsi tidak lepas berkat adanya dorongan serta nasehat dari berbagai pihak.

1. Terima Kasih dan Sujud Syukur saya kepada Allah SWT, telah memberikan segala nikmat sampai saat ini dan memberi pertolongan sehingga sampai saat ini dapat menyelesaikan skripsi saya dengan rangkaian kalimat satu persatu. Hanya mengharapkan keridhoannya dunia dan akhirat.
2. Kepada Kekasih Allah dan sang panutan yang dirindukan oleh umatnya, yakni Nabi Muhammad SAW sebagai suri tauladan bagi semua umatnya.
3. Terima kasih kepada cinta pertama saya, sang pahlawan dalam kehidupan saya yaitu ayah saya Zulkipli AB, S.Pd dan Wanita terhebat dalam hidup saya yaitu ibu saya Farida Ariyani, S.Pd.I, tiada hentinya berusaha selalu memberikan dukungan baik doa maupun material untuk memperjuangkan dan menata masa depan saya.

4. Terima kasih kepada kakak dan adik saya telah memberikan dukungan serta doa.
5. Terima kasih kepada diri sendiri yang telah berjuang dan bertahan sampai saat ini, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Merupakan suatu kebanggaan dan pencapaian yang saya nantikan.
6. Terima kasih kepada orang yang terkasih bapak M. Isnur Alfarohidi, S.Psi, yang sudah rela menemani, mensupport dan memotivasi saya dari pertama saya berjuang dalam penulisan skripsi ini
7. Kepada teman-teman saya *Triple Goals* yang tidak bisa saya sebut satu persatu. Terima kasih untuk perjalanan dari awal masa perkuliahan, Kepada teman-teman saya yang sudah banyak membantu dan membimbing saya dalam berproses.
8. Kepada semua pihak yang telah membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada almamater saya Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung yang telah menjadi tempat menimba ilmu.

Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan kalian dengan balasan yang lebih dari mereka berikan kepada peneliti. Peneliti berharap skripsi ini bisa bermanfaat bagi kita semua. Aamiin Ya Rabbal`alaamiin.

**PENGARUH GAYA HIDUP HEDONIS TERHADAP TINGKAT
KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA DI SMA NEGERI 1
MENDOBARAT**

Alimatun Nisa

2224039

Program Studi Psikologi Islam

Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam

Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh gaya hidup hedonis terhadap tingkat kepercayaan diri pada remaja di SMA Negeri 1 Mendobarat. Gaya hidup hedonis merupakan pola hidup yang menempatkan kesenangan dan kepuasan sebagai tujuan utama, yang sering ditunjukkan melalui perilaku konsumtif, mengikuti tren, serta aktivitas hiburan yang berlebihan. Sementara itu, kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai situasi dan tantangan kehidupan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian regresi linier sederhana untuk menguji hubungan antara variabel gaya hidup hedonis sebagai variabel bebas (X) dan kepercayaan diri sebagai variabel terikat (Y). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA Negeri 1 Mendobarat yang berjumlah 658 orang, dengan jumlah sampel sebanyak 234 responden yang ditentukan menggunakan rumus Taro Yamane. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket (kuesioner) menggunakan skala Likert. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan bantuan program SPSS 25.0 for Windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara gaya hidup hedonis terhadap tingkat kepercayaan diri pada remaja di SMA Negeri 1 Mendobarat. Temuan ini menunjukkan bahwa gaya hidup yang dijalani remaja dapat memberikan dampak terhadap pembentukan kepercayaan diri mereka, baik secara positif maupun negatif. Oleh karena itu, diperlukan pengendalian gaya hidup yang lebih seimbang agar remaja mampu membangun kepercayaan diri yang lebih sehat dan stabil.

Kata kunci: *Gaya Hidup Hedonis, Kepercayaan Diri, Remaja.*

**THE INFLUENCE OF A HEDONIST LIFESTYLE ON SELF-
CONFIDENCE LEVELS IN ADOLESCENTS AT STATE SENIOR
HIGH SCHOOL 1 MENDOBARAT**

Alimatun Nisa

2224039

Islamic Psychology Study Program

Faculty of Islamic Da'wah and Communication

Syaikh Abdurrahman Siddik State Islamic Institute,

Bangka Belitung

Abstract

This study aims to determine the influence of a hedonistic lifestyle on self-confidence levels in adolescents at State Senior High School 1 Mendobarat. A hedonistic lifestyle is a lifestyle that prioritizes pleasure and satisfaction, often demonstrated through consumer behavior, following trends, and excessive entertainment activities. Meanwhile, self-confidence is an individual's belief in their ability to face various life situations and challenges. This study used a quantitative method with a simple linear regression design to examine the relationship between the hedonistic lifestyle variable as the independent variable (X) and self-confidence as the dependent variable (Y). The population in this study was 658 students of SMA Negeri 1 Mendobarat, with a sample size of 234 respondents determined using the Taro Yamane formula. Data collection was conducted through a questionnaire using a Likert scale. The data obtained were then analyzed using SPSS 25.0 for Windows. The results showed an influence between a hedonistic lifestyle and self-confidence levels in adolescents at SMA Negeri 1 Mendobarat. This finding suggests that the lifestyle adopted by adolescents can impact their self-confidence, both positively and negatively. Therefore, a more balanced lifestyle management is needed to enable adolescents to build healthier and more stable self-confidence.

Keywords: Hedonistic Lifestyle, Self-Confidence, Adolescents.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Alhamdulillahirobbil'alamin, rasa puji syukur peneliti pada Allah SWT yang telah memberikan kenikmatan dan hidayahnya, sehingga peneliti diberikan kesempatan, kesabaran dalam menyelesaikan skripsi ini. Sholawat beriringan salam tidak lupa dihanturkan kepada sang panutan yang dicintai dan dirindukkan oleh umat islam Nabi Muhammad SAW. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Janawi, M.Ag.selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Dr. H. Iqrom Faldiansyah, M.A. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, beserta para staf.
3. Dr. Noblana Adib, M.Pd.I.,M.A selaku Wakil Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.
4. Oktarizal Drianus, M. Psi, selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, dan selaku Penasehat Akademik, beserta para staf.
5. Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag, selaku Pembimbing I.
6. Chitra Fraghini, M.Psi, Psikolog, selaku Pembimbing II.
7. Prof. Dr. H. Zayadi,M.Ag selaku Penguji Sidang I.
8. Primalita Putri Distina, M.Psi., Psikolog. selaku Penguji Sidang II.
9. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.

10. Rekan-rekan seperjuangan, yang telah membantu proses penyelesaian skripsi ini.

Demikianlah karya tulisan yang saya buat, tentunya terlepas dari berbagai kelemahan dan dan kekurangan, besar harapan peneliti, skripsi ini bisa bermanfaat.

Akhirnya, saran dan kritik yang membangun peneliti harapkan demi perbaikan dan pengembangan skripsi ini.

Bangka, 10 Maret 2026

Alimatun Nisa

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PLAGIASI	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
NOTA DINAS KONSULTAN	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
ABSTRAK	x
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	11
C. Tujuan Masalah.....	11
D. Manfaat Penelitian	11
E. Telaah Pustaka	12
F. Kerangka Teori	13
G. Hipotesis	14
H. Sistematika Pembahasan.....	15
I. Sistematika Pembahasan.....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Teori Kepercayaan Diri.....	17
1. Definisi Kepercayaan Diri.....	17
2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri.....	19
3. Faktor-Faktor kepercayaan Diri	21
B. Teori Hedonis.....	23
1. Definisi Hedonis	23

2. Aspek-Aspek Hedonis.....	25
3. Faktor-Faktor Gaya Hidup Hedonis	27
4. Pengaruh Gaya Hidup Hedonis Terhadap Kepercayaan Diri.....	29
C. Teori Remaja.....	31
1. Definisi Remaja.....	31
2. Aspek-Aspek Remaja.....	32
3. Tahapan-tahapan Remaja	34
4. Ciri-Ciri Remaja.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	38
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	38
B. Populasi dan Sampel Penelitian	40
C. Lokasi Penelitian.....	44
D. Identifikasi Variabel Penelitian.....	45
E. Definisi Konseptual dan Definisi Operasional	46
F. Metode Pengumpulan Data.....	51
G. Teknik Pengumpulan Data.....	53
H. Prosedur Penelitian	56
I. Uji Keterbacaan	60
J. Uji Coba Alat Ukur.....	64
K. Teknik Analisis Data.....	70
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....	76
A. Gambaran Umum Responden	76
B. Uji Asumsi Penelitian	76
C. Hasil Uji Hipotesis.....	83
D. Pembahasan.....	86
BAB V PENUTUP	94
A. Kesimpulan	94
B. Saran	95
DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel I.1 Kategori dan Pemetaan Kereteria Gaya Hidup Hedonis.....	7
Tabel I. 2 Kerangka Pemikiran Peneliti	11
Tabel III. 1 Skala Kuesioner (Skala Likert)	41
Tabel III. 2 Lembar Uji Keterbacaan	47
Tabel III. 3 Hasil Uji Keterbacaan	48
Tabel III. 4 Hasil Uji Validitas Skala Gaya Hidup Hedonis	51
Tabel III. 5 Hasil Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri.....	52
Tabel IV. 1 Hasil Uji Normalitas Kolmogrov Smirnov	60
Tabel IV. 2 Hasil Uji Normalitas P-Plot.....	60
Tabel IV. 3 Hasil Uji Linearitas.....	61
Tabel IV. 4 Grafik <i>Scatterplot</i>	63
Tabel IV. 5 Hasil Uji Heteroskedastisitas (metode Glejser).....	64
Tabel IV. 6 Hasil Analisis Linier Sederhana	65
Tabel IV. 7 Hasil koefisien Determinasi.....	66