

## PENGARUH INTERNALISASI NILAI QANA'AH TERHADAP GAYA HIDUP HEDONISME SISWA MAN 1 BANJARNEGARA

Luthfiah Tri Yunita<sup>1</sup>, Naufal Zuhdi 'Afif<sup>2</sup>

Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri, Purwokerto, Indonesia<sup>1,2n</sup>  
[luthfiahtriyunita@gmail.com](mailto:luthfiahtriyunita@gmail.com)<sup>1</sup>, [nzuhdiafif@gmail.com](mailto:nzuhdiafif@gmail.com)<sup>2</sup>

---

### Abstract

This research is motivated by the increasing tendency towards a hedonistic lifestyle among adolescents, influenced by the development of social media, social environments, and consumer culture. One Islamic value that can control hedonistic behavior is the value of contentment (qana'ah). Therefore, this study aims to determine the relationship between the internalization of the value of contentment and the hedonistic lifestyle of students at MAN 1 Banjarnegara. This research used a quantitative approach with a correlational approach. The population in this study consisted of 30 students, and the entire population was used as the sample using a total sampling technique. Data collection was conducted through questionnaires and observations. The research instrument used a Likert scale, whose validity and reliability were tested using SPSS. Data analysis was conducted using descriptive statistics, the Shapiro-Wilk normality test, and the Spearman Rank correlation test (Spearman's Rho). The results showed that the internalization of the value of contentment obtained a mean score of 30.47, while the hedonistic lifestyle variable obtained a mean score of 27.17. The results of the normality test indicated that the data were not normally distributed, so the Spearman Rank correlation test was used to test the hypothesis. The correlation test yielded a significance value of  $0.000 < 0.05$ , with a correlation coefficient of 0.871, indicating a significant, but very strong, relationship between the internalization of contentment values and the hedonistic lifestyle of students at MAN 1 Banjarnegara. The results showed that the higher the internalization of contentment values in students, the lower their tendency toward a hedonistic lifestyle.

**Keywords:** Internalization of Qana'ah Values, Hedonistic Lifestyle, Students.

(\*) Corresponding Author: Luthfiah Tri Yunita, [luthfiahtriyunita@gmail.com](mailto:luthfiahtriyunita@gmail.com), 085807215604.

---

### PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital dan media sosial pada era globalisasi telah membawa perubahan besar terhadap pola hidup remaja. Media sosial seperti tiktok, instagram, tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi menjadi ruang pembentukan identitas, gaya hidup, dan standar kebahagiaan. Remaja cenderung terpapar konten yang menampilkan kemewahan, hiburan, serta pola hidup konsumtif sehingga memunculkan kecenderungan gaya hidup hedonisme (Triandana, Dewi, & Furnamasari, 2021). Gaya hidup hedonisme

merupakan pola hidup yang berorientasi pada kesenangan, kenikmatan, dan kepuasan materi sebagai tujuan utama kehidupan. Fenomena tersebut semakin banyak ditemukan di kalangan pelajar, termasuk dalam bentuk perilaku mengikuti tren, konsumsi berlebihan, dan pencarian pengakuan sosial melalui media digital (Myrilla & Rosmala Dewi, 2023).

Badan Remaja sebagai kelompok usia transisi memiliki kecenderungan lebih mudah dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan perkembangan budaya populer. Masa remaja ditandai dengan pencarian jati diri dan kebutuhan untuk diterima dalam kelompok sosial sehingga sering kali mendorong individu mengikuti gaya hidup tertentu tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjangnya (Ghoisani Ritonga, Zahara, & Syahril Manurung, 2025). Penelitian menunjukkan bahwa hedonisme pada remaja dipengaruhi oleh perkembangan teknologi, lingkungan pertemanan, dan keinginan memperoleh pengakuan sosial. Bentuk perilaku tersebut dapat terlihat dari kebiasaan membeli barang demi mengikuti tren, mengutamakan kesenangan sesaat, serta menjadikan kemewahan sebagai simbol status sosial (Munawaroh, 2022).

Dalam perspektif Islam, salah satu nilai yang dapat menjadi pengendali perilaku hedonisme adalah nilai qana'ah. Qana'ah merupakan sikap merasa cukup, menerima ketetapan Allah Swt., bersyukur atas apa yang dimiliki, serta tidak berlebihan dalam memenuhi keinginan duniawi (Asyiyah Nurhidayati & Riyadi, 2025). Nilai qana'ah penting diinternalisasikan kepada peserta didik agar terbentuk kepribadian yang sederhana, mampu mengendalikan diri, dan tidak mudah terpengaruh budaya konsumtif. Internalisasi nilai qana'ah dapat dilakukan melalui proses pendidikan, pembiasaan, dan penanaman nilai moral dalam kehidupan sehari-hari. Dalam teori pendidikan karakter Thomas Lickona, proses internalisasi nilai meliputi moral knowing, moral feeling, dan moral action yang bertujuan membentuk perilaku nyata dalam diri individu (Muawaliyah & Saifuddin, 2023).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa nilai qana'ah memiliki hubungan dengan pengendalian perilaku konsumtif dan kecenderungan hedonisme. Penelitian oleh Ahmad Saifuddin menunjukkan bahwa qana'ah berpengaruh terhadap perilaku konsumtif mahasiswa, sedangkan gaya hidup hedonis menjadi faktor yang memperkuat perilaku konsumtif tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi nilai qana'ah dalam diri seseorang, maka kecenderungan perilaku hedonisme dapat ditekan. Namun, penelitian mengenai internalisasi nilai qana'ah terhadap gaya hidup hedonisme pada siswa madrasah aliyah masih relatif terbatas, khususnya pada lingkungan sekolah berbasis Islam. Oleh karena itu, penelitian pada siswa MAN 1 Banjarnegara menjadi menarik dilakukan untuk mengetahui sejauh mana internalisasi nilai qana'ah dapat memengaruhi kecenderungan gaya hidup hedonisme peserta didik (Muawaliyah & Saifuddin, 2023).

Berdasarkan uraian tersebut, identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah meningkatnya kecenderungan gaya hidup hedonisme di kalangan remaja, pengaruh lingkungan dan media sosial terhadap pola hidup siswa, serta belum optimalnya internalisasi nilai qana'ah pada peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh internalisasi nilai qana'ah terhadap gaya hidup hedonisme siswa MAN 1 Banjarnegara. Adapun manfaat penelitian ini

diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian pendidikan Islam dan psikologi remaja, serta menjadi bahan evaluasi bagi sekolah dalam menanamkan nilai-nilai karakter Islami kepada peserta didik.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional untuk mengetahui hubungan internalisasi nilai qana'ah dengan gaya hidup hedonisme siswa MAN 1 Banjarnegara. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada siswa di lingkungan pendidikan Islam (MAN) yang menanamkan nilai-nilai keagamaan sehingga sesuai untuk meneliti hubungan internalisasi nilai qana'ah dengan gaya hidup hedonisme remaja. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa aktif kelas XI jurusan IPS MAN 1 Banjarnegara tahun ajaran 2025/2026 yang berjumlah 30 siswa. Pemilihan siswa kelas XI IPS didasarkan pada karakteristik siswa kelas XI yang berada pada fase remaja dan rentan terhadap pengaruh gaya hidup modern serta perilaku konsumtif. Selain itu, siswa jurusan IPS lebih dekat dengan pembelajaran mengenai fenomena sosial dan gaya hidup masyarakat sehingga dinilai sesuai sebagai subjek penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sehingga seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan internalisasi nilai qana'ah terhadap gaya hidup hedonisme siswa MAN 1 Banjarnegara? Penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu internalisasi nilai qana'ah sebagai variabel bebas (X) dan gaya hidup sebagai variabel terikat (Y). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui angket. Angket digunakan untuk memperoleh data mengenai kedua variabel penelitian melalui sejumlah pernyataan tertulis yang disusun berdasarkan indikator variabel penelitian.

Instrumen penelitian menggunakan angket dengan skala Likert yang terdiri atas empat alternatif jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Instrumen penelitian terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan bantuan program IBM SPSS Statistics versi 26. Uji validitas dilakukan untuk mengetahui ketepatan item pernyataan dalam mengukur variabel penelitian, sedangkan uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui konsistensi instrumen penelitian. Instrumen dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,60.

Analisis data dilakukan menggunakan bantuan program Statistical Product and Service Solutions (SPSS). Tahap awal analisis dilakukan melalui statistik deskriptif untuk mengetahui gambaran umum data penelitian. Selanjutnya dilakukan uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk untuk mengetahui distribusi data penelitian. Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui bahwa data tidak berdistribusi normal, sehingga pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman Rank (Spearman's Rho) untuk mengetahui hubungan internalisasi nilai qana'ah dengan gaya hidup hedonism siswa MAN 1 Banjarnegara.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### Internalisasi Nilai Qana'ah

Internalisasi nilai merupakan proses penanaman nilai sehingga nilai tersebut dapat dipahami, dihayati, dan diterapkan dalam perilaku sehari-hari. Dalam pendidikan karakter, internalisasi nilai tidak hanya menekankan pada aspek pengetahuan, tetapi juga pembentukan sikap dan tindakan nyata peserta didik (Alby, Umiarso, & Kamaluddin, 2024). Menurut Thomas Lickona, internalisasi nilai mencakup tiga aspek utama, yaitu *moral knowing*, *moral feeling*, dan *moral action*. Ketiga aspek tersebut menunjukkan bahwa suatu nilai akan berhasil tertanam apabila individu mampu memahami, merasakan, dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Sari & Wirdanengsih, 2023).

Dalam perspektif Islam, salah satu nilai penting yang perlu diinternalisasikan kepada peserta didik adalah qana'ah. Qana'ah merupakan sikap merasa cukup, menerima dengan rasa syukur terhadap apa yang dimiliki, serta tidak berlebihan dalam mengejar kesenangan duniawi. Sikap qana'ah juga berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengendalikan keinginan dan tidak mudah tergoda oleh gaya hidup materialistis. Nilai qana'ah penting ditanamkan pada remaja agar mampu membangun karakter sederhana, bersyukur, dan memiliki kontrol diri yang baik di tengah perkembangan budaya modern yang berkembang pada era digital saat ini (Ristianah, 2020).

Internalisasi nilai qana'ah pada siswa dapat dilakukan melalui pembiasaan perilaku sederhana, penguatan pendidikan karakter Islami, keteladanan guru, serta lingkungan pendidikan yang mendukung. Peserta didik tidak hanya diberikan pemahaman tentang pentingnya hidup sederhana dan bersyukur, tetapi juga dibiasakan untuk menerapkan nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari (Alby et al., 2024). Melalui proses tersebut, siswa diharapkan mampu membedakan antara kebutuhan dan keinginan serta tidak mudah terpengaruh oleh budaya konsumtif dan gaya hidup berlebihan.

Indikator internalisasi nilai qana'ah dalam penelitian ini mengacu pada teori pendidikan karakter Thomas Lickona yang meliputi:

1. *Moral Knowing*  
Pemahaman siswa mengenai pentingnya hidup sederhana, bersyukur, dan tidak berlebihan.
2. *Moral Feeling*  
Sikap menerima keadaan dengan rasa syukur dan merasa cukup terhadap apa yang dimiliki.
3. *Moral Action*  
Perilaku sederhana, tidak konsumtif, dan mampu mengendalikan keinginan dalam kehidupan sehari-hari.

Ketiga indikator tersebut digunakan untuk mengukur sejauh mana nilai *qana'ah* telah terinternalisasi dalam diri peserta didik, di mana proses ini tidak hanya berkaitan dengan aspek pemahaman, melainkan juga menyentuh dimensi sikap dan perilaku mereka (Anuli, 2022).

## **Gaya Hidup Hedonisme**

Gaya hidup hedonisme merupakan pola hidup yang menempatkan kesenangan dan kepuasan pribadi sebagai tujuan utama kehidupan. Pada kalangan remaja, gaya hidup hedonisme dapat terlihat melalui perilaku konsumtif, kecenderungan mengikuti tren, serta keinginan memperoleh pengakuan sosial. Perkembangan media sosial menyebabkan remaja semakin mudah terpapar gaya hidup modern yang menampilkan kemewahan, hiburan, dan pencitraan diri sehingga memengaruhi pola perilaku mereka dalam kehidupan sehari-hari (Indriani & Nurawati, 2023).

Menurut Philip Kotler, gaya hidup adalah pola hidup seseorang yang diekspresikan dalam aktivitas (*activities*), minat (*interests*), dan opini (*opinions*) (Kotler & Armstrong, 2018). Gaya hidup menggambarkan bagaimana individu menggunakan waktunya, apa yang dianggap penting, dan bagaimana pandangannya terhadap diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya. Dalam gaya hidup hedonisme, ketiga aspek tersebut cenderung mengarah pada pencarian kesenangan, hiburan, dan kepuasan material (Janiviani & Supriyatna, 2022).

Berdasarkan teori Philip Kotler, indikator gaya hidup hedonisme terdiri atas tiga aspek utama, yaitu:

1. *Aktivitas (activities)*  
Aktivitas berkaitan dengan bagaimana individu menghabiskan waktu, seperti sering berbelanja, mencari hiburan, nongkrong, atau mengikuti tren populer.
2. *Minat (interests)*  
Minat berkaitan dengan ketertarikan individu terhadap hal-hal yang bersifat kesenangan, mode, barang bermerek, dan gaya hidup modern.
3. *Opini (opinions)*  
Opini berkaitan dengan pandangan individu mengenai kemewahan, status sosial, dan pentingnya pengakuan dari lingkungan sekitar. Ketiga aspek tersebut digunakan untuk melihat kecenderungan perilaku hedonisme dalam kehidupan sehari-hari.

Ketiga aspek tersebut digunakan untuk melihat kecenderungan perilaku hedonisme dalam kehidupan sehari-hari (Gabriel Pelealu & Huwae, 2023).

## **Hubungan Internalisasi Nilai Qana'ah dengan Gaya Hidup Hedonisme**

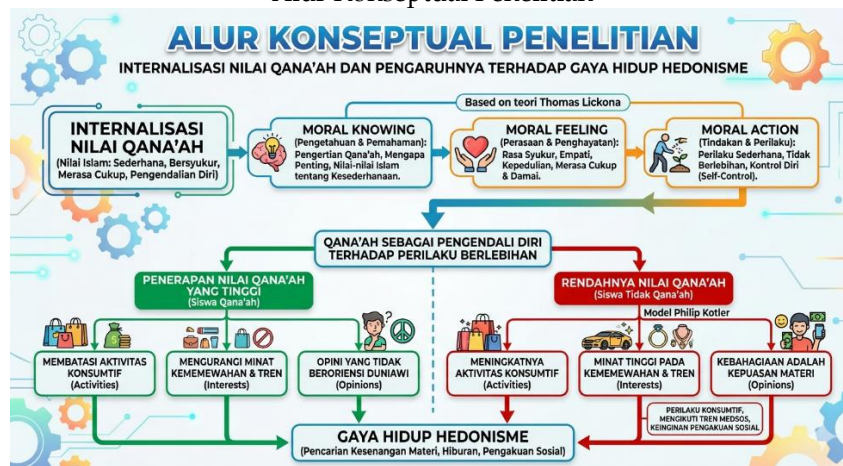
Internalisasi nilai qana'ah merupakan proses penanaman nilai Islam agar individu memiliki sikap hidup sederhana, bersyukur, merasa cukup, dan mampu mengendalikan keinginan duniawi. Menurut teori Thomas Lickona, internalisasi nilai dilakukan melalui tahapan *moral knowing*, *moral feeling*, dan *moral action* sehingga nilai qana'ah tidak hanya dipahami, tetapi juga diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui proses tersebut, peserta didik tidak hanya memahami pentingnya qana'ah, tetapi juga mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, seperti hidup sederhana, tidak berlebihan, dan mampu mengontrol perilaku konsumtif. (Alby et al., 2024).

Sementara itu, gaya hidup hedonisme menurut Philip Kotler merupakan pola hidup yang tercermin melalui aktivitas (*activities*), minat (*interests*), dan opini (*opinions*). Individu dengan gaya hidup hedonisme cenderung menghabiskan waktu untuk mencari kesenangan, memiliki minat tinggi terhadap kemewahan dan tren, serta beranggapan bahwa kebahagiaan diperoleh melalui kepuasan

materi dan hiburan. Pada remaja, gaya hidup hedonisme dapat terlihat melalui perilaku konsumtif, mengikuti tren media sosial, serta keinginan memperoleh pengakuan sosial dari lingkungan sekitar. (Janiviani & Supriyatna, 2022).

Berdasarkan kedua konsep tersebut, internalisasi nilai qana'ah memiliki hubungan dengan gaya hidup hedonisme karena nilai qana'ah berfungsi sebagai pengendali diri terhadap perilaku yang berlebihan. Peserta didik yang memiliki pemahaman dan penghayatan nilai qana'ah cenderung lebih mampu membatasi aktivitas konsumtif, mengurangi minat terhadap kemewahan, serta membentuk opini yang tidak menjadikan kesenangan duniawi sebagai tujuan utama hidup. Sebaliknya, rendahnya nilai qana'ah dapat membuat siswa lebih mudah terpengaruh perilaku konsumtif dan orientasi pada kesenangan (Rahayu, Safitri, & Puriani, 2026). Oleh karena itu, hubungan antar variabel dalam penelitian ini dapat digambarkan melalui alur konseptual berikut.

**Gambar 1.**  
Alur Konseptual Penelitian



### Hipotesis Penelitian

$H_a$  : Terdapat Hubungan internalisasi nilai qana'ah terhadap gaya hidup hedonisme siswa MAN 1 Banjarnegara.

$H_0$  : Tidak terdapat Hubungan internalisasi nilai qana'ah terhadap gaya hidup hedonisme siswa MAN 1 Banjarnegara.

### Deskripsi Data

Responden dalam penelitian ini adalah seluruh siswa aktif kelas XI jurusan IPS MAN 1 Banjarnegara tahun ajaran 2025/2026 yang berjumlah 30 siswa. Seluruh responden merupakan siswa yang aktif mengikuti kegiatan pembelajaran dan pembinaan karakter di lingkungan madrasah, khususnya yang berkaitan dengan penanaman nilai-nilai keislaman seperti qana'ah, kesederhanaan, rasa syukur, dan pengendalian diri dalam kehidupan sehari-hari.

Pemilihan siswa kelas XI IPS sebagai responden penelitian didasarkan pada beberapa pertimbangan. *Pertama*, siswa kelas XI berada pada fase remaja yang rentan terhadap pengaruh gaya hidup modern, tren media sosial, dan perilaku konsumtif sehingga memiliki potensi lebih besar mengalami kecenderungan gaya hidup hedonisme. *Kedua*, siswa kelas XI telah memiliki

pengalaman yang cukup dalam menerima pendidikan karakter dan pembinaan nilai-nilai keagamaan di lingkungan madrasah dibandingkan kelas X. *Ketiga*, pemilihan jurusan IPS didasarkan pada karakteristik pembelajaran yang lebih dekat dengan fenomena sosial, gaya hidup, dan interaksi masyarakat sehingga siswa lebih mudah terpapar serta memahami dinamika gaya hidup modern di lingkungan sosialnya. Oleh karena itu, siswa kelas XI IPS dinilai sesuai untuk dijadikan subjek dalam penelitian mengenai internalisasi nilai qana'ah terhadap gaya hidup hedonisme.

Analisis statistik deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran umum mengenai data penelitian pada masing-masing variabel. Hasil statistik deskriptif variabel halaqah tarbiyah dan self-regulated learning dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1.  
Hasil Statistik Deskriptif

Variabel	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Internalisasi Nilai Qana'ah	30	28	33	30,47	1,852
Gaya Hidup Hedonisme	30	25	29	27,17	1,487

Sumber : SPSS

Berdasarkan tabel tersebut, variable internalisasi nilai qana'ah memperoleh nilai minimum sebesar 28 dan nilai maksimum sebesar 33 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 30,47 serta standar deviasi sebesar 1,852. Sementara itu, variabel gaya hidup hedonisme memperoleh nilai minimum sebesar 25 dan nilai maksimum sebesar 29 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 27,17 serta standar deviasi sebesar 1,487.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa data kedua variabel memiliki sebaran yang relatif homogen karena nilai standar deviasi lebih kecil dibanding nilai rata-rata. Selain itu, rata-rata skor yang diperoleh menunjukkan bahwa tingkat internalisasi nilai qana'ah siswa berada pada kategori cukup baik, sedangkan gaya hidup hedonisme siswa berada pada kategori sedang atau relatif terkendali.

### Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui tingkat ketepatan item pernyataan dalam mengukur variabel penelitian. Uji validitas pada penelitian ini menggunakan korelasi Product Moment Pearson dengan bantuan program IBM SPSS statistics versi 26. Item pernyataan dinyatakan valid apabila nilai *r* hitung lebih besar daripada *r* tabel pada taraf signifikansi 5%. Dengan jumlah responden sebanyak 30 siswa, diperoleh nilai *r* tabel sebesar 0,4821.

Tabel 2.  
Validitas Angket Internalisasi Nilai Qana'ah

Item	r hitung	Keterangan
Saya memahami bahwa hakikat Qana'ah adalah merasa cukup terhadap rezeki yang diberikan Allah SWT	0,680	Valid
Saya menyadari bahwa gaya hidup mewah dan boros dapat menimbulkan beban finansial	0,726	Valid

Sebelum membeli sesuatu, saya mampu membedakan antara kebutuhan mendesak dan sekedar keinginan	0,757	Valid
Saya merasa sangat bersyukur dan Bahagia dengan apa yang saya miliki saat ini, tanpa harus membandingkan dengan milik orang lain	0,779	Valid
Saya tetap merasa percaya diri bergaul dengan teman sekolah meskipun tidak memakai barang-barang mewah	0,686	Valid
Saya merasa sedih melihat orang yang kekurangan, sehingga saya memilih untuk hidup sederhana	0,844	Valid
Saya mampu mengontrol keinginan untuk membeli barang baru selama barang yang saya miliki masih berfungsi dengan baik	0,668	Valid
Saya selalu mengucapkan Syukur atas uang saku atau fasilitas yang diberikan orang tua, berapapun jumlahnya	0,665	Valid
Saya lebih memilih menyisihkan uang untuk ditabung atau sedekah daripada menghabiskannya untuk mengikuti gaya hidup yang sedang populer	0,645	Valid

Sumber : Data Angket dan SPSS

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa dari 9 item pernyataan variabel internalisasi nilai qana'ah, dinyatakan valid semua.

**Tabel 3.**  
Validitas Angket Gaya Hidup Hedonisme

Item	r hitung	Keterangan
Saya lebih suka menghabiskan waktu sepulang sekolah untuk jalan-jalan ke mall atau pusat perbelanjaan daripada berdiam diri dirumah	0,461	Tidak Valid
Saya sering mengunjungi tempat-tempat yang sedang viral (café, temoat wisata) agar tidak ketinggalan zaman	0,536	Valid
Sebagian besar waktu luang, saya habiskan untuk mencari informasi mengenai produk-produk terbaru yang sedang tren di pasar	0,601	Valid
Saya selalu mengikuti perkembangan tren fahion terbaru agar penampilan saya tidak terlihat ketinggalan zaman	0,619	Valid
Mencoba makanan ditempat yang mewah atau estetis adalah hal yang sangat menarik bagi saya	0,734	Valid
Memiliki gadget atau barang mewah adalah Impian utama yang harus saya wujudkan	0,654	Valid
Menurut saya, kebahagiaan hidup hanya bisa dicapai jika kita memiliki banyak materi dan kemewahan	0,759	Valid
Saya setuju dengan prinsip bahwa hidup harus dinikmati sepuasnya selagi masih muda tanpa perlu terlalu mengkhawatirkan masa depan	0,711	Valid
Pendapat orang lain mengenai kemewahan yang saya miliki sangat penting bagi kepercayaan diri saya	0,793	Valid

Sumber : Data Angket dan SPSS

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa dari 9 item pernyataan variabel gaya hidup hedonisme, terdapat 8 item yang dinyatakan valid dan 1 item dinyatakan tidak valid. Item yang tidak valid kemudian dieliminasi sehingga instrumen yang digunakan dalam penelitian terdiri atas 8 item pernyataan yang valid

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian. Pengujian reliabilitas pada penelitian ini menggunakan metode Cronbach's Alpha dengan bantuan program IBM SPSS statistics versi 26. Instrumen penelitian dinyatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,60.

**Tabel 4.**  
Reliabilitas Angket Internalisasi Nilai Qana'ah

Variabel	Cronbach's Alpha	Jumlah Item	Keterangan
Internalisasi Nilai Qana'ah	0,881	9	Reliabel

Sumber: SPSS

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen variabel internalisasi nilai qana'ah memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,881. Nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen penelitian memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi sehingga layak digunakan dalam pengumpulan data penelitian.

**Tabel 5.**  
Reliabilitas Angket Gaya Hidup Hedonisme

Variabel	Cronbach's Alpha	Jumlah Item	Keterangan
Gaya Hidup Hedonisme	0,834	8	Reliabel

Sumber: SPSS

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen variabel gaya hidup hedonisme memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,834. Nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen penelitian memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi sehingga layak digunakan dalam pengumpulan data penelitian.

## Hasil Uji Prasyarat Analisis

### Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, uji normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk test karena jumlah sampel penelitian kurang dari 50 responden, yaitu sebanyak 30 responden. Pengujian dilakukan dengan bantuan program IBM SPSS Statistics versi 26. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data berdistribusi normal, sedangkan apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka data tidak berdistribusi normal.

**Tabel 6.**  
Uji Normalitas

Variabel	Sig. Shapiro-Wilk	Keterangan
Internalisasi Nilai Qana'ah	0,003	Tidak Normal
Gaya Hidup Hedonisme	0,001	Tidak Normal

Sumber: SPSS

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa variabel halaqah internalisasi nilai qana'ah memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,072 dan variabel gaya hidup hedonisme memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena nilai signifikansi dari kedua variabel lebih kecil dari 0,05, maka data penelitian dinyatakan tidak berdistribusi normal.

Berdasarkan hasil tersebut, analisis hipotesis penelitian dilakukan menggunakan statistik nonparametrik Spearman Rank untuk mengetahui hubungan antara halaqah tarbiyah dan self-regulated learning santri.

## Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan menggunakan korelasi Spearman Rank (*Spearman's Rho*) dengan bantuan program IBM SPSS statistics versi 26. Penggunaan uji Spearman Rank dilakukan karena berdasarkan hasil uji normalitas diketahui bahwa data penelitian tidak berdistribusi normal. Uji ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara internalisasi nilai qana'ah dengan gaya hidup hedonisme.

Dasar pengambilan keputusan dalam uji Spearman Rank adalah apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel penelitian. Hasil uji korelasi Spearman Rank dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 7.  
Uji Nonparametrik

Variabel	Koefisien Korelasi	Sig.	Keterangan
Internalisasi Nilai Qana'ah dengan Gaya Hidup Hedonisme	0,871	0,000	Signifikan

Sumber: SPSS

Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman Rank menggunakan bantuan program SPSS statistics versi 26, diperoleh nilai koefisien korelasi (*Correlation Coefficient*) sebesar 0,871 dengan nilai signifikansi (*Sig. 2-tailed*) sebesar 0,000. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara internalisasi nilai qana'ah dengan gaya hidup hedonisme. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

Nilai koefisien korelasi sebesar 0,871 menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sangat kuat. Dengan demikian, internalisasi nilai qana'ah memiliki hubungan yang kuat terhadap gaya hidup hedonisme siswa. Semakin tinggi internalisasi nilai qana'ah pada diri siswa, maka kecenderungan gaya hidup hedonisme akan semakin rendah.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara internalisasi nilai qana'ah dengan gaya hidup hedonisme siswa MAN 1 Banjarnegara. Hal tersebut dibuktikan melalui hasil uji korelasi Spearman Rank yang memperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  dengan koefisien korelasi sebesar 0,871. Nilai tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sangat kuat. Dengan demikian, internalisasi nilai qana'ah memiliki hubungan terhadap kecenderungan gaya hidup hedonisme pada siswa.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin baik internalisasi nilai qana'ah pada diri siswa, maka kecenderungan gaya hidup hedonisme akan semakin rendah. Siswa yang memiliki sikap qana'ah cenderung mampu bersyukur, hidup sederhana, dan mengendalikan keinginan terhadap hal-hal yang bersifat konsumtif maupun berlebihan. Sebaliknya, rendahnya internalisasi nilai qana'ah dapat menyebabkan siswa lebih mudah terpengaruh oleh budaya hedonisme, seperti mengikuti tren, mencari kesenangan berlebihan, dan menjadikan kemewahan sebagai simbol kebahagiaan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Thomas Lickona yang menyatakan bahwa internalisasi nilai dilakukan melalui tahapan *moral knowing*, *moral feeling*, dan *moral action*. Dalam penelitian ini, siswa yang memahami nilai qana'ah, memiliki kesadaran untuk hidup sederhana, serta mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik terhadap perilaku hedonisme. Selain itu, hasil penelitian juga sesuai dengan teori gaya hidup Philip Kotler yang menjelaskan bahwa gaya hidup tercermin melalui aktivitas (*activities*), minat (*interests*), dan opini (*opinions*) (Kotler & Armstrong, 2018). Internalisasi nilai qana'ah membantu siswa mengontrol aktivitas konsumtif, membatasi minat terhadap kemewahan, serta membentuk pandangan hidup yang lebih sederhana.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Abd. Hamid Cholili dkk. yang menunjukkan bahwa sikap qana'ah memiliki hubungan negatif dengan perilaku konsumtif. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa qana'ah mampu menjadi kontrol diri agar individu tidak mudah terpengaruh oleh gaya hidup berlebihan demi memperoleh pengakuan sosial (Cholili et al., 2025). Selain itu, penelitian lain oleh Lisa Indriani dan Nurawati juga menjelaskan bahwa lingkungan sosial dan media sosial memiliki pengaruh terhadap munculnya gaya hidup hedonisme pada remaja (Indriani & Nurawati, 2023). Hasil penelitian tersebut memperkuat bahwa perilaku hedonisme pada siswa dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal, sedangkan internalisasi nilai qana'ah berperan sebagai pengendali agar siswa tidak mudah terpengaruh budaya hedonisme.

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa internalisasi nilai qana'ah memiliki peran penting dalam membentuk pola hidup siswa yang lebih sederhana dan terkontrol. Nilai qana'ah tidak hanya membantu siswa dalam mengendalikan perilaku konsumtif, tetapi juga membentuk sikap syukur, merasa cukup, dan tidak mudah terpengaruh oleh budaya hedonisme yang berkembang di lingkungan sosial maupun media digital. Oleh karena itu, penanaman nilai qana'ah melalui pendidikan karakter dan pembiasaan nilai-nilai Islam perlu terus ditingkatkan agar peserta didik memiliki kepribadian yang lebih baik dan mampu menghadapi perkembangan gaya hidup modern secara bijak.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  dengan koefisien korelasi Spearman Rank sebesar 0,871. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara internalisasi nilai qana'ah dengan gaya hidup hedonisme siswa MAN 1 Banjarnegara dengan tingkat hubungan yang sangat kuat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi internalisasi nilai qana'ah pada diri siswa, maka semakin rendah kecenderungan gaya hidup hedonisme yang dimiliki. Siswa yang memiliki sikap qana'ah cenderung lebih mampu bersyukur, hidup sederhana, mengendalikan keinginan, serta tidak mudah terpengaruh oleh perilaku konsumtif dan budaya hedonisme.

Dengan demikian, internalisasi nilai qana'ah memiliki peran penting dalam membentuk karakter siswa agar memiliki pola hidup yang lebih sederhana, terkontrol, dan sesuai dengan nilai-nilai Islam di tengah perkembangan budaya modern dan media sosial.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alby, M. F., Umiarso, & Kamaluddin, M. (2024). Internalisasi Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Melalui Seni Karawitan Di SMA Surya Buana Malang. *Jurnal Mudarrisuna: Media Kajian Pendidikan Agama Islam*, 14(2), 159–178. <https://doi.org/https://doi.org/10.22373/jm.v14i2.22727>
- Anuli, W. Y. (2022). Internalisasi Nilai Moderasi Islam At-Tawasuth wal I'tidal di Sekolah. *Jurnal Basicedu*, 6(6), 10402–10413. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i6.4554>
- Asyiyah Nurhidayati, S., & Riyadi, M. I. (2025). Konsep Qanaah Sebagai Media Terapi Fomo Syndrom Menurut Quraish Shihab dalam Tafsir Al-Misb ā h. *At-Tafasir: Journal of Qur'anic Studies and Contextual Interpretation*, 2(2), 165–180. <https://doi.org/https://doi.org/10.21154/tafasir.v2i2.11405>
- Cholili, A. H., Putri, A. A., Nur Azizah, M., Syarif Firdausi, F., Fajar Kurniawan, R., & Syamsul Arifin, M. (2025). Relevansi Sikap Qana ' ah Dengan Kecenderungan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa. *Resilience: Journal Of Psychology*, 1(3), 38–45.
- Gabriel Pelealu, N. T., & Huwae, A. (2023). Gaya Hidup Hedonisme dan Impulsive Buying Dalam Aktivitas Belanja Online Pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(2), 5081–5090. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i2.14318>
- Ghoisani Ritonga, N. A., Zahara, C., & Syahril Manurung, A. (2025). Gaya Hidup Hedonis pada Remaja Masa Kini (Pengaruh Media Sosial dan Lingkungan Sosial). *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(3), 229–238. <https://doi.org/https://doi.org/10.62383/wissen.v3i3.1065>
- Indriani, L., & Nurmawati. (2023). Pengaruh Sosial Media Terhadap Gaya Hidup Hedonisme Peserta Didik SMP N 33 Bekasi. *Jurnal Ilmiah Global Education*, 4(4), 2581–2586. <https://doi.org/https://doi.org/10.55681/jige.v4i4.1386>
- Janiviani, P., & Supriyatna, E. (2022). Pengaruh Gaya Hidup Hedonisme Terhadap Perilaku Konsumen Pada MAsa Pandemi Covid-19. *Jurnal Manajemen Bisnis Dan Kewirausahaan*, 6(6), 645–650. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.24912/jmbk.v6i6.20692>
- Kotler, P., & Armstrong, G. (2018). *Principles of Marketing* (17th ed.). Pearson Education.
- Muawaliyah, W., & Saifuddin, A. (2023). Consumptive Behavior in Female University Students : Qana ' ah and Hedonic Lifestyle as Predictors. *Islamic Guidanca and Counseling Journal*, 6(1), 70–82. <https://doi.org/https://doi.org/10.25217/igcj.v6i1.3241>
- Munawaroh, M. (2022). Hedonisme Remaja Sosialita (Life Style Remaja Sosialita Kalangan Mahasiswa di Pedesaan Lamongan. *Ta'lim: Jurnal Studi Pendidikan Islam*, 5(2), 194–210. <https://doi.org/https://doi.org/10.52166/talim.v5i2.3026>
- Myrilla, S., & Rosmala Dewi, F. I. (2023). Hedonis Sebagai Moderator Pada Fomo dan Confoormity Consumption Behavior Remaja Pengguna Smartphone X. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora Dan Seni*, 6(2), 507–516. <https://doi.org/https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i2.18599.2022>
- Rahayu, S., Safitri, A., & Puriani, R. A. (2026). Fenomena Gaya Hidup Hedonisme

- di Kalangan Remaja dan Orang Dewasa dalam Relasi Teman Sebaya : Studi Kepustakaan. *Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 4(April), 1-12. <https://doi.org/https://doi.org/10.62383/risoma.v4i3.1623>
- Ristianah, N. (2020). Internalisasi Nilai-Nilai Keislaman Perspektif Sosial Kemasyarakatan. *Darajat: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 3(1), 1-13. Retrieved from <https://ejournal.iai-tabah.ac.id/Darajat/article/view/437%0A>
- Sari, W. Y., & Wirdanengsih. (2023). Internalisasi Karakter Baik Pembelajaran Muatan Lokal Aksara Incung. *Naradidik: Journal of Education & Pedagogy*, 2(1), 9-16. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/nara.v2i1.90>
- Triananda, S. F., Dewi, D. A., & Furnamasari, Y. F. (2021). Peranan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Remaja. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2016), 9107-9110. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jptam.v5i3.2428>