

## ABSTRAK

Dzulliza Lathifani Nurul Rizki, NIM 1181040036, 2023: **Pengaruh *Mujahadah An-Nafs* Pada Gaya Hidup Mahasiswa Penggemar K-Pop (*K-Popers*) (Studi pada Mahasiswa Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2018).**

Mahasiswa *K-Popers* di jurusan Tasawuf dan Psikoterapi dikenal sebagai seorang yang cukup aktif selama perkuliahan, dari fenomena penggemar K-Pop yang dapat menerapkan pola pikir positif dan menerapkannya dalam gaya hidup mereka maka hal ini bertolak belakang dengan *stereotype* umum di mana *K-Popers* ini dianggap sangat fanatik dan tidak mementingkan *real lifenya*, dengan *self-control* yang rendah.

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui penerapan sikap *mujahadah an-nafs*, tingkatan gaya hidup, dan pengaruh dari *mujahadah an-nafs* pada gaya hidup mahasiswa *K-popers* di jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Angkatan 2018. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh dari *mujahadah an-nafs* terhadap gaya hidup mahasiswa *K-popers* jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2018.

*Mujahadah an-nafs* atau *self-control* ialah kemampuan seseorang untuk membimbing dirinya dan menekankan implus-implus yang muncul di dalam dirinya secara disengaja dan sadar, dan gaya hidup merupakan cara seseorang menghabiskan waktunya sehari-hari, kegiatan apa yang dilakukannya, pola perilaku seseorang yang dimanifestasikan dalam aktivitas, minat serta opininya.

Metode yang diterapkan pada penelitian ini ialah model kuantitatif dengan desain penelitian *survey research*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan penyebaran kuesioner melalui media *Google form* kepada sampel penelitian sebanyak 23 responden dari total populasi 59 mahasiswa aktif Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2018 dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang tergolong *K-Popers* memiliki tingkat sikap *mujahadah an-nafs* yang tinggi dengan persentase sebesar 34,8%, gaya hidup mahasiswa yang tergolong *K-Popers* memiliki tingkat gaya hidup sedang dengan persentase sebesar 52,2%, serta terdapat pengaruh yang signifikan dari sikap *mujahadah an-nafs* terhadap gaya hidup dan angka korelasi positif. Artinya, semakin tinggi sikap *mujahadah an-nafs* maka semakin tinggi pula gaya hidup pada mahasiswa *K-Popers* jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2018.

Kata Kunci: *Mujahadah An-Nafs*, *Self-Control*, Gaya Hidup.