

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Karimuddin. 2022. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Aceh: Muhammad Zaini.
- Ahmad, Jumal. 2018. “*Muḥāsabah* Sebagai Upaya Mencapai Kesehatan Mental”. *Jurnal Academia*, 4.
- Ajhari, Abdul, Aziz. 2019. *Jalan Menggapai Ridho Ilahi*. Bandung: Bahasa dan Sastra Arab, UIN Sunan Gunung Djati.
- Aji, Raditya, Ndaru., & Istiqomah. 2023. “Introspeksi Diri, Apa Justru Menghambatmu?”. *Buletin Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara*, 9(2).
- Anggela, Feby., Persi., Tantri., Jevri., Fadel. 2023. *Urgensi Komunikasi dalam Ilmu Sosial*. Bengkulu: Penerbit Berseri.
- Anggraini, Kiki. 2021. “Konsep Berpikir Positif Menurut Dr. Ibrahim Elfiky dan Relevansinya dengan *Muḥāsabah* dalam Tasawuf”. *Jurnal Skripsi Tasawuf Psikoterapi UIN Walisongo Semarang*.
- Aniyatul, Izka., & Ratna, Dian. 2018. “Hubungan Regulasi Diri Dengan Adiksi Media Sosial Instagram Pada Siswa SMK Jayawisata Semarang”. *Jurnal Empati*, 7(2).
- Assegaf, Maman, A. 2012. *Buku Terjemahan: Pelatihan Lengkap Tazkiyatun Nafs karya Syekh Yahya ibn Hamzah al-Yamani*. Jakarta: Penerbit Zaman.
- Azizah, Adinda, N., & Widyastuti. 2024. “Hubungan Antara Kesepian dengan Adiksi Media Sosial Pada Dewasa Awal”. *PINISI: Journal of Art, Humanity, & Social Studies*, 4(1).
- Azwar, Saifuddin. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Az-Zahra, Fatimah., Gabriella, Lisa. 2022. “Dampak Media Sosial Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa”. *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pengembangan Pembelajaran*, 1(3).
- Darmawan, Deni. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung Barat: Remaja Rosdakarya.
- Destiyana, Alifiananda, K., Coralia, Farida. 2020. “Hubungan Antara Kesepian dengan Adiksi Media Sosial pada Remaja di Kota Bandung”. *SPeSIA: Prosiding Psikologi*, 6(2).
- Dwiputri, Adinda, M. 2021. “Hubungan Antara Self-Esteem dengan Adiksi Media Sosial Pada Dewasa Muda. Jakarta: UNTAR.
- Efendi, Jonaedi., Fitri, Fifit. 2023. *Aspek Hukum Media Sosial*. Jakarta: Prenada Media.
- Fitri, D, P., & Budianto, T. 2022. “Terapi *Muḥāsabah* dalam Syair Jalaluddin Rumi”. *Journal Esoterik Annual International Conferences*, 1(1).
- Gunawan, R., Aulia, S., Supeno, H., Wijanarko, A., Uwiringiyimana, J, P., & Mahayana, D. 2020. “Adiksi Media Sosial dan Gadget bagi Pengguna Internet di Indonesia”. *Jurnal Techno-Socio Ekonomika*, 14(1).
- Hasan, Ibnu. 2013. *Salat Kok Masih Maksiat*. Depok: Puspa Swara.
- Iqrobi, Essa, M. “Efektivitas *Muḥāsabah* untuk Meningkatkan Kontrol Diri pada Pemain Game Online Siswa SMP Hasanuddin 6 Tugurejo Kecamatan Tugu Kota Semarang”. Skripsi Prodi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Walisongo.
- Irawan, Jihan., & Andriani, Inge. 2023. “Hubungan Regulasi Diri dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Tiktok pada Mahasiswa”. Arjwa: *Jurnal Psikologi*, 2(4).

- Isa, Abdul, Qadir., Damas, Taufik., Lubis, Afrizal. 2005. *Hakekat Tasawuf*. Jakarta: Qisthi Press.
- Jamaludin., Syarifah, A., Karyadi. 2022. “Faktor-Faktor Penyebab Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta”. *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, (2).
- Kamaluddin, Ahmad. 2022. *Kontribusi Regulasi Emosi Qur’ani dalam Membentuk Perilaku Positif (Studi Fenomenologi Komunitas Funk Tasawuf Underground)*. Jakarta: Cipta Media Nusantara.
- Kartika, Aliiananda., & Coralia, Farida. 2020. “Hubungan Antara Kesepian Dengan Adiksi Media Sosial Pada Remaja di Kota Bandung”. *Prosiding Psikologi*, 6(2).
- Kustiawan, W., Nurlita, A. 2022. “Media Sosial dan Jejaring Sosial”. *Maktabatun: Jurnal Perpustakaan dan Informasi*, 2(1).
- Maghfuri, Amin. 2018. *Jaddid Nafsak*. Yogyakarta: Laksana.
- Maqfirah, Poetri, Al-Viany., dkk. 2023. *Psikologi Siber: Konsep dan Strategi Penanganan Masalah perilaku Manusia di Era Digital*. Padang: Get Press Indonesia.
- Mawardah, Mutia. 2019. “Adiksi Internet pada Masa Dewasa Awal”. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 13(2).
- Muhyani., Daniel., & Rofi’ah. 2022. “Hubungan Peran Guru dengan Kepribadian Siswa dan Pemanfaatan Media Sosial di SMA Riyadhul Jannah”. *Jurnal Pendidikan Islam*, 11(4).
- Mukhid, A. 2021. *Metodologi Penelitian Pendekatan Kuantitatif*. Surabaya: Jakad Media Publishing.

- Musman, Asti. 2017. *Berdamai dengan Efek Negatif Medsos*. (Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia).
- Mutmainah. 2021. “Metode *Muḥāsabah* : Analisis Pendekatannya Psikologi Sufistik Perspektif Al-Ghazali (Konsep Pendidikan Ruhaniyah Melalui Tazkiyatun Nafs)”. *Syaikhuna: Jurnal Pendidikan dan Pranata Islam*, 12(1).
- Naja, Daeng. 2023. *Muḥāsabah* . Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Nisa’u, Wildatun., & Ilmi, Muhammad. 2022. “Hubungan Kecemasan Sosial dengan Adiksi Media Sosial Instagram pada Emerging Adulthood”, Bandung Conference Series: Psychology Science.
- Nopita., Zaid., & Ali. 2021. “Company Profile pada Kantor Desa Lumpatan 1 Berbasis Web”. *Jurnal Nasional Ilmu Komputer*, 2(3).
- Nurfajri, Naufal., Setiawan, C., & Rismanto, F. 2023. “Pengaruh *Muḥāsabah* Terhadap Self Control di Fase Dewasa Awal (Studi Kasus Pada Mahasiswa Angkatan 2017 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung)”. *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin*, 3(1).
- Oktaviani, Nurlita. 2022. “Hubungan Antara *Muḥāsabah* Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan (Studi Terhadap Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang)”. *Jurnal Skripsi*.
- Patricia, Tiara. 2023. “Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Internet pada Remaja di SMA Negeri 4 Medan”. *Jurnal Skripsi Psikologi Universitas Medan*.

- Purwanto, Harry. 2021. *Media Sosial: Bebas Awas Kebablas*. Surabaya: Media Karya.
- Putra, D, K. 2021. “*Muḥāsabah* Ibnu Qayyim al-Jauziyah dan Relevansinya dengan Kesehatan Mental”. Semarang: Jurnal Skripsi.
- Putranti, Honorata., Retnowati., Ismiyanto., & Wijaya. 2021. *Tinjauan Perilaku dan Harapan Kinerja pada Pengemudi Transportasi Online dalam Gamification of Work (GOW): Tinjauan Dinamika Kinerja dan Perlindungan Hukum bagi Pengemudi Online*. Yogyakarta: Deepublish.
- Putri, Utami, N, H., Nur’aini., Sari, A., & Mawadah, S. 2022. *Modul Kesehatan Mental*. Pasaman Barat: Azka Pustaka.
- Safe’i, Abdullah. 2023. *Al-Qur’an Menjelaskan Gagasan Atomic Habits*. Jakarta: Publica Indonesia Utama.
- Saifuddin, Ahmad. 2023. *Psikologi Siber: Memahami Interaksi dan Perilaku Manusia dalam Dunia Digital*. Jakarta: Prenada Media.
- Santoso, Imam., Madistriyanto, Harries. 2021. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Tangerang: Indigo Media.
- Sayyidah., Abad., dan Andik. 2021. “Interksi Sosial dengan Adiksi Media Sosial Pada Mahasiswa”. *Jurnal Fenomena*, 30(1).
- Setianingsih, Rofiqoh. 2023. *Terjemahan Buku Ibnu Qayyin al-Jauziyyah, Thibbul Qulub: Terapi Penyakit Hati*. Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia.
- Setiawati, Yunias., & Fithriyah, Izzatul. 2020. *Deteksi Dini dan Penanganan Kecanduan Gawai pada Anak*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Setya, Eka., Muliati, Sri., & Rizky, Martaria. 2020. “Kesepian dan Penggunaan Internet Bermasalah Pada Mahasiswa”. *Jurnal Riset Aktual Psikologi*, 11(2).

- Shihab, M, Quraish. 2010. *Terjemahan: Al-Qur'an dan Maknanya*. Tangerang: Lentera Hati Group.
- Soetjipto, Helly, P. 2005. "Pengujian Validitas Konstruk Kriteria Kecanduan Internet". *Jurnal Psikologi*, 32(2).
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono. 2013. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Manajemen*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sujarweni, V, Wiratna. 2008. *Belajar Mudah SPSS untuk Penelitian Skripsi, Tesis, Desertasi, dan Umum*. (Yogyakarta: Ardana Media.
- Sumbodo., Oesman, Eni. 2021. *Buku Terjemahan: Pelajaran Tentang Muḥāsabah Diri karya Muhammad bin Shalih Al-Munajjid dan Bahrūn Abubakar*. Tangerang: Hikam Pustaka.
- Suwandi, Luky, A. 2021. "Telaah Konsep Diri Carl Rogers Melalui Perspektif Muḥāsabah Al-Ghazali". *Jurnal Skripsi Bimbingan Konseling*.
- Suwarsito., & Aliya, Sabeli. 2020. "Kualitas Layanan dan Kepuasan serta Pengaruhnya Terhadap Loyalitas Pelanggan". *Jurnal Ilmiah Bina Manajemen*, 3(1).
- Tarpin. 2022. "Muḥāsabah Ala' Al-Nafsi ditengah Pandemi Corona". *SAHAJA: Journal Shariah And Humanities*, 1(1).
- Tiara, Patricia. 2023. "Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Internet pada Remaja di SMA Negeri 4 Medan". *Jurnal Skripsi Psikologi Universitas Medan Area*.
- Triyana, I, Gusti, Ngurah. 2018. "Media Sosial dalam Proses Pembelajaran di Perguruan Tinggi". *Jurnal Guna Widya*, 5(1).

- Veronika, Maria., et al. 2024. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Madiun: Bayfa Cendekia Indonesia.
- Wahyuni, A, Ismi., Nurbayani, S., Sartika, R. 2022. “Detox Sosial Media Sebagai Upaya Mengatasi Social Media Addiction Dan FOMO (Fear Of Missing Out)”. *Jurnal Sosialisasi*, 9(3).
- Warsito, Budi., & Ispriyanti, Dwi. 2004. “Uji Linearitas dan Time Series dengan Reset Test ”. *Jurnal Matematika dan Komputer*, 7(3).
- Wiwit. 2020. *Muḥāsabah* . Sleman: Deepublish.
- Yunfahnur, Sella., Dineva, F., Martina. 2022. “Adiksi Media Sosial Pada Mahasiswa”. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keperawatan*, 6(3).
- Zainal. 2020. “Pemanfaatan Media Sosial dalam Pemasaran Produk UMKM Kelurahan Sidokumpul Kab. Gresik”. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 10(1).

LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Penelitian

1. Blue Print *Muḥāsabah*

No	Indikator	Bobot	Favoreable	Unfavoreable	Jumlah
1.	Mempertimbangkan untuk melakukan hal yang utama dalam kehidupan	16%	11, 15	8, 13	4
2.	Mengevaluasi kualitas ibadah sesuai dengan yang telah ditentukan Allah	18%	5, 10, 23	1, 18	5
3.	Mengevaluasi terhadap perbuatan yang telah dilakukan	18%	2, 6, 26	16, 22	5
4.	Melaksanakan amalan positif	16%	4, 17	9, 20	4
5.	Berpikir sebelum hendak bertindak atau beraktivitas	16%	3, 14	19, 24	4
6.	Melakukan hal-hal yang bermanfaat	16%	7, 12	21, 25	4
Jumlah		100%	14	12	26

2. Blue Print Adiksi Media Sosial

No	Aspek	Indikator	Bobot	Favoreable	Unfavoreable	Jumlah
1.	Salience	Internet menjadi lebih dominan dalam kehidupan	12%	13, 18	22, 29	4

		Mengabaikan kebutuhan dasar hidup	13%	1, 3, 5	11, 15	5
2.	Mood Modification	Memunculkan reaksi ketika fasilitas internet tidak tersedia	12%	7, 14	9, 12	4
		Menjadikan media sosial sebagai pelarian dari masalah	13%	2, 6, 28	31, 34	5
3.	Tolerance	Kebutuhan untuk menambah durasi mengakses media sosial	12%	26, 33	20, 24	4
		Tidak mampu untuk mengontrol penggunaan internet	12%	4, 10	17, 36	4
4.	Conflict	Kehilangan minat belajar dan hobi, sehingga aktivitas sehari-hari menjadi tidak produktif	12%	19, 25	30, 37	4
		Mengabaikan kehidupan sosial di dunia nyata.	16%	8, 16, 23	21, 27, 32, 35	7
Jumlah			100%	19	18	37

Lampiran 2 Angket Penelitian

IDENTITAS DIRI

Nama :

Jenis Kelamin :

Program Studi :

1. Skala *Muḥāsabah*

No.	Pernyataan	Sangat Sesuai	Sesuai	Tidak Beraardapat	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1.	Saya melaksanakan shalat lima waktu dengan tergesa-gesa, karena bersemangat untuk melakukan aktivitas duniawi					
2.	Setiap hari saya memastikan diri untuk mampu melakukan hal baik					
3.	Saya berhati-hati ketika hendak melakukan sesuatu					
4.	Saya berusaha berbakti kepada orangtua, karena saya yakin hal tersebut membuahkan pahala					
5.	Saya berusaha agar tidak menunda shalat dan konsisten dalam melaksanakan shalat tepat waktu					
6.	Setiap kali saya melakukan kesalahan, maka					

	saya akan meminta maaf kepada orang yang bersangkutan					
7.	Saya bersyukur dengan adanya internet, maka dari itu saya dapat mengafirmasikan hal baik meskipun hanya dalam jejaring sosial					
8.	Saya terlalu asyik pada aktivitas duniawi sehingga sering lupa waktu shalat.					
9.	Saya tidak mendengarkan adzan dengan baik, karena ketika adzan berkumandang saya tetap fokus pada gadget					
10.	Saya mengatur waktu dalam kehidupan sehari-hari dengan baik, agar shalat lima waktu tetap terlaksana					
11.	Saya mengutamakan solat fardhu meskipun berada dalam aktivitas lain					
12.	Meskipun sedang melakukan aktivitas lain, namun saya akan memberi bantuan ketika					

	melihat orang kesulitan					
13.	Secara sadar saya memahami bahwa shalat fardhu wajib, namun saya tetap tidak melaksanakan shalat lima waktu					
14.	Saya mempertimbangkan setiap aktivitas yang hendak dilakukan seperti, apakah aktivitas tersebut memiliki bermanfaat atau tidak					
15.	Saya tidak pernah sekalipun melewatkan shalat lima waktu					
16.	Saya tidak merasa bersalah meskipun perbuatan yang saya lakukan membuat orang lain tidak nyaman					
17.	Sebelum melakukan sesuatu saya mengawalinya dengan “Bismillah”, dan mengakhirinya dengan “Alhamdulillah”					
18.	Saya tidak pernah khusu’ ketika melaksanakan shalat fardhu, karena pikiran selalu terfokus pada aktivitas internet sebelumnya					

19.	Saya tidak bijak dalam menggunakan media sosial					
20.	Saya menghabiskan waktu lebih banyak di media sosial daripada menghabiskan waktu untuk berdzikir					
21.	Saya menggunakan internet dan media sosial untuk berbuat keburukan					
22.	Saya tidak peduli terhadap perbuatan buruk yang telah dilakukan					
23.	Saya melatih diri untuk tidak melewatkan shalat dengan cara menghentikan aktivitas yang tidak bermanfaat					
24.	Saya bertindak sembrono terhadap suatu hal					
25.	Saya enggan membantu sesama, karena merasa tidak perlu menanggung kesulitan orang lain					
26.	Menerima dengan ikhlas kritik dan saran orang lain terhadap perbuatan buruk yang saya lakukan sebelumnya, dengan					

	begitu saya dapat memperbaiki diri menjadi lebih baik					
--	---	--	--	--	--	--

2. Skala Adiksi Media Sosial

No.	Pernyataan	Sangat Sesuai	Sesuai	Tidak Berpendapat	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1.	Saya asyik mengakses media sosial, sehingga sering melupakan waktu makan					
2.	Saya menggunakan media sosial untuk meluapkan emosi, karena saya merasa dengan mengakses media sosial permasalahan yang sedang saya hadapi terlupakan					
3.	Saya merasa kesenangan hidup hanya bisa didapatkan ketika menjelajahi media sosial					
4.	Saya sulit menghentikan aktivitas bermain media sosial, karena secara tidak sadar saya menikmati hiburan yang disajikan dalam media sosial					
5.	Saya tidak peduli pada kehidupan					

	nyata, karena saya merasa sudah mendapat perhatian hanya dengan mengakses media sosial					
6.	Saya merasa media sosial memiliki hal yang menyenangkan, sehingga membuat saya terhibur dan melupakan rasa gelisah yang sedang dialami					
7.	Saya merasa stres dan suasana hati menjadi buruk apabila tidak dapat mengakses media sosial					
8.	Saya memulai aktivitas di pagi hari dengan memeriksa media sosial ketika baru bangun dari tidur					
11.	Saya mudah menyebarkan informasi pribadi dalam akun media sosial, tanpa memikirkan sebuah privasi akan tersebar dan bahkan tersimpan pada jejak digital					
13.	Saya merasa kesenangan hidup hanya bisa					

	didapatkan ketika menjelajahi media sosial					
14.	Saya merasa tidak senang apabila jaringan internet tidak tersedia					
15.	Saya memiliki kualitas ibadah yang rendah, karena selalu menghabiskan waktu dengan bermain media sosial sehingga melupakan waktu shalat					
16.	Saya merasa nyaman ketika menyendiri, karena dengan begitu waktu untuk bermain media sosial semakin banyak dan tidak terganggu					
17.	Ketika harus mengerjakan aktivitas lain, maka saya dengan mudah menghentikan penggunaan internet agar hal yang perlu dikerjakan tidak tertunda					
18.	Saya melakukan segala aktivitas sehari-hari dalam jaringan internet, bahkan saya menggunakan aplikasi e-commerce					

	untuk berbelanja segala hal					
19.	Apabila memiliki waktu luang, saya cenderung berbaring seharian sambil menatap layar gadget					
20.	Saya melakukan aktivitas di luar ruangan untuk membatasi pemakaian pada media sosial					
21.	Saya senang menambah relasi dengan orang sekitar dan orang baru daripada menyendiri menikmati media sosial					
22.	Saya mampu fokus mengerjakan tugas hingga tuntas tanpa membuka media sosial, sehingga pekerjaan yang sedang dilakukan tidak terhambat					
23.	Saya memiliki interaksi yang minim dengan orangtua maupun anggota keluarga di rumah					
24.	Saya menentukan batasan penggunaan media sosial pada diri sendiri, supaya dapat melakukan					

	aktivitas lain yang lebih bermanfaat					
25.	Saya malas untuk beraktivitas fisik karena merasa mudah lelah, dan lebih baik mengakses media sosial agar tidak bosan					
26.	Saya merasa terhibur saat mengakses media sosial, maka dari itu pemakaian internet yang saya gunakan selalu tidak terbatas					
27.	Saya memiliki empati yang tinggi dan menjadi pendengar yang baik ketika orang sekitar yang sedang berbicara					
28.	Saya merasa dengan mengakses media sosial, dapat menenangkan suasana hati yang buruk					
29.	Meskipun memiliki media sosial, namun saya merasa tidak perlu mengakses aplikasi tersebut setiap hari					
30.	Saya memiliki jadwal aktivitas terstruktur dalam kehidupan sehari-					

	hari, sehingga saya tidak membuang-buang waktu untuk hal yang tidak bermanfaat					
31.	Saya mencari solusi untuk mengatasi masalah dengan cara merenung tanpa harus melakukan update life di media sosial					
32.	Saya berinteraksi dengan orang melalui media sosial seperti dalam aplikasi chatting					
33.	Saya tidur larut malam, karena terlalu fokus bermain media sosial sehingga melupakan waktu					
34.	Ketika berada dalam tekanan yang membuat gelisah dan stres, saya cenderung melakukan aktivitas di luar ruangan daripada melakukan aktivitas di media sosial					
36.	Saya menggunakan media sosial secukupnya, hingga waktu dalam sehari tidak banyak dihabiskan dengan mengakses internet					

Lampiran 3 Uji Validitas

1. Uji Validitas *Muḥāsabah*

Aitem-Total Statistics			
	Pearson Corelation (R hitung)	R tabel	Keputusan
Aitem1	,536	0,212	Valid
Aitem2	,384	0,212	Valid
Aitem3	,439	0,212	Valid
Aitem4	,365	0,212	Valid
Aitem5	,446	0,212	Valid
Aitem6	,440	0,212	Valid
Aitem7	,248	0,212	Valid
Aitem8	,371	0,212	Valid
Aitem9	,460	0,212	Valid
Aitem10	,415	0,212	Valid
Aitem11	,609	0,212	Valid
Aitem12	,300	0,212	Valid
Aitem13	,383	0,212	Valid
Aitem14	,488	0,212	Valid
Aitem15	,330	0,212	Valid
Aitem16	,367	0,212	Valid
Aitem17	,383	0,212	Valid
Aitem18	,562	0,212	Valid
Aitem19	,510	0,212	Valid
Aitem20	,475	0,212	Valid
Aitem21	,509	0,212	Valid
Aitem22	,445	0,212	Valid
Aitem23	,339	0,212	Valid
Aitem24	,456	0,212	Valid
Aitem25	,219	0,212	Valid
Aitem26	,256	0,212	Valid

2. Uji Validitas Adiksi Media Sosial

Aitem-Total Statistics			
	Pearson Coreletion (R hitung)	Rtabel	Keputusan
Aitem1	,539	0,212	Valid
Aitem2	,622	0,212	Valid
Aitem3	,564	0,212	Valid
Aitem4	,409	0,212	Valid
Aitem5	,552	0,212	Valid
Aitem6	,583	0,212	Valid
Aitem7	,607	0,212	Valid
Aitem8	,255	0,212	Valid
Aitem11	-,461	0,212	Valid
Aitem13	,372	0,212	Valid
Aitem14	,409	0,212	Valid
Aitem15	-,608	0,212	Valid

Aitem16	,653	0,212	Valid
Aitem17	,177	0,212	Gugur
Aitem18	,242	0,212	Valid
Aitem19	,441	0,212	Valid
Aitem20	-,331	0,212	Valid
Aitem21	,451	0,212	Valid
Aitem22	,454	0,212	Valid
Aitem23	,372	0,212	Valid
Aitem24	,189	0,212	Gugur
Aitem25	,591	0,212	Valid
Aitem26	,645	0,212	Valid
Aitem27	,302	0,212	Valid
Aitem28	,466	0,212	Valid
Aitem29	-,444	0,212	Valid
Aitem30	-,185	0,212	Gugur
Aitem31	,292	0,212	Valid
Aitem32	-,267	0,212	Valid
Aitem33	,229	0,212	Valid
Aitem34	,322	0,212	Valid
Aitem36	,204	0,212	Gugur

Lampiran 4 Uji Reliabilitas

1. Uji Reliabilitas *Muḥāsabah*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Aitems
,864	26

2. Uji Reliabilitas Adiksi Media Sosial

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Aitems
,773	32

Lampiran 5 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		X	Y
N		86	86
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	101,01	77,26
	Std. Deviation	11,581	11,439
Absolute		,077	,103

Most Extreme Differences	Positive	,049	,091
	Negative	-,077	-,103
Test Statistic		,077	,103
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}	,024 ^c

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 6 Lampiran Uji Linieritas

Model Summary ^b RS. Old=				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,609 ^a	,371	,363	9,127
a. Predictors: (Constant), <i>Muḥāsabah</i>				
b. Dependent Variable: Adiksi Media Sosial				

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,934 ^a	,873	,870	4,130
a. Predictors: (Constant), DFFIT, <i>Muḥāsabah</i>				
b. Dependent Variable: Adiksi Media Sosial				

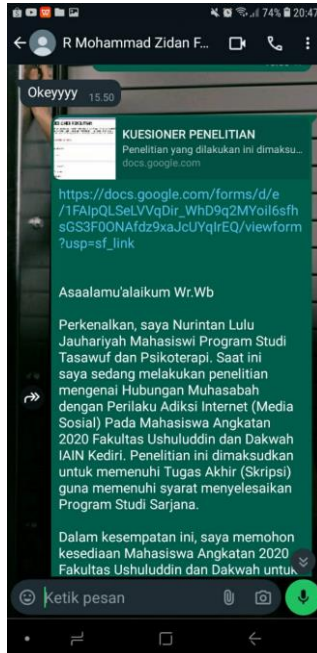
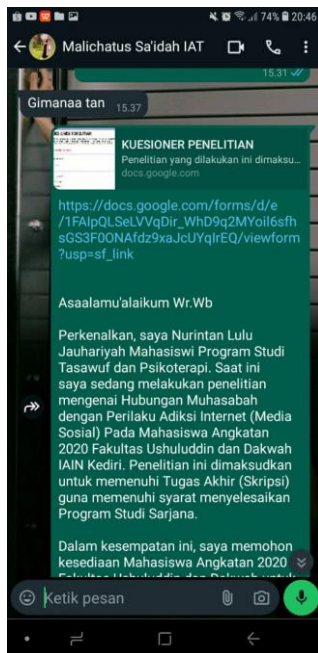
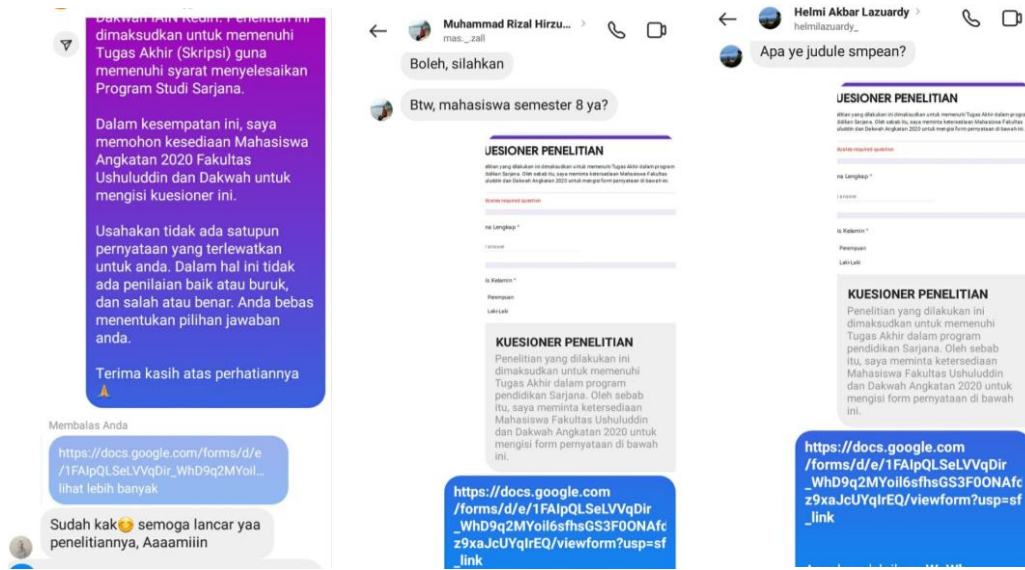
ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	9706,611	2	4853,305	284,526	,000 ^b
	Residual	1415,761	83	17,057		
	Total	11122,372	85			
a. Dependent Variable: Adiksi Media Sosial						
b. Predictors: (Constant), DFFIT, <i>Muḥāsabah</i>						

Lampiran 7 Uji Hipotesis

Correlations			
		<i>Muḥāsabah</i>	Adiksi Medsos
<i>Muḥāsabah</i>	Pearson Correlation	1	-,609**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	86	86
Adiksi Media Sosial	Pearson Correlation	-,609**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	86	86


** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 8 Bukti Sebar Angket



LAMPIRAN SURAT

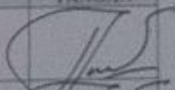
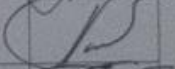



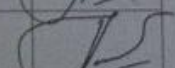




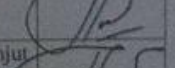
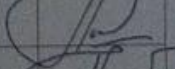
Lampiran 9 Bukti Konsultasi

**KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(IAIN) KEDIRI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH**

Alamat : Jl. Sunan Ampel No.7 Ngroggo Kediri (Kode Pos) 64127. BB Telp. (0354) 699282 - Fax. (0354) 604504

DAFTAR KONSULTASI PENYELESAIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Nurintan Lulu Jauhariyah
Nomor Induk Mahasiswa : 20107020
Fakultas / Jurusan : Ushuluddin dan Dakwah / Tasawuf dan Psikoterapi
Semester/Tahun Akademik : Semester 8 / 2024
Judul Skripsi : Hubungan Antara Muhasabah Dengan Adiksi Media Sosial Pada Mahasiswa Angkatan 2020 di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

NO.	TANGGAL KONSULTASI	CATATAN DOSEN PEMBIMBING	TANDA TANGAN
1.	11 September 2023	Konsultasi dan ACC Judul Skripsi	
2.	21 Desember 2023	Konsultasi Proposal Penelitian	
3.	3 Januari 2024	Konsultasi Revisi BAB I	
4.	16 Februari 2024	ACC Revisi BAB I & Revisi BAB II - III	
5.	19 Februari 2024	ACC Revisi BAB II - III & ACC Seminar Proposal	
6.	2 Mei 2024	Konsultasi Revisi Seminar Proposal	
7.	13 Juni 2024	ACC Revisi Seminar Proposal & ACC Instrumen Penelitian (Angket)	
8.	24 Juni 2024	Konsultasi Hasil Uji Coba Penelitian	
9.	26 Juni 2024	Konsultasi BAB IV & Lanjut Penyusunan BAB V	
10.	17 Juli 2024	Konsultasi BAB IV - V	
11.	22 Juli 2024	ACC Revisi BAB IV - V & Lanjut Penyusunan BAB VI	
12.	30 Juli 2024	ACC Skripsi	



**KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(I A I N) KEDIRI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH**

Alamat : Jl. Sunan Ampel No. 7 Ngronggo Kediri (Kode Pos) 64127 ☎Telp. (0354) 689282 - Fax. (0354) 686564

Catatan: Penyusunan skripsi harus merujuk pada buku Pedoman Penulisan Karya Ilmiah IAIN Kediri

Kediri 30 Juli 2024
DOSEN PEMBIMBING

Yuli Darwati, M. Si
NIP. 197307042005012003



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(I A I N) KEDIRI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

Alamat : Jl. Sunan Ampel No.7 Ngroggo Kediri (Kode Pos) 64127. ☎Telp. (0354) 689282 - Fax. (0354) 686564

DAFTAR KONSULTASI PENYELESAIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Nurintan Lulu Jauhariyah
Nomor Induk Mahasiswa : 20107020
Fakultas / Jurusan : Ushuluddin dan Dakwah / Tasawuf dan Psikoterapi
Semester/Tahun Akademik : Semester 8 / 2024
Judul Skripsi : Hubungan Antara Muhasabah Dengan Adiksi Media Sosial Pada Mahasiswa Angkatan 2020 di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

NO.	TANGGAL KONSULTASI	CATATAN DOSEN PEMBIMBING	TANDA TANGAN
1.	28 Maret 2024	Konsultasi Revisi Seminar Proposal	
2.	2 Mei 2024	Konsultasi BAB I	
3.	16 Mei 2024	ACC Revisi BAB I & Konsultasi BAB II - III	
4.	30 Mei 2024	ACC Revisi BAB II - III & Konsultasi Instrumen Penelitian (Angket)	
5.	5 Juni 2024	ACC Revisi Instrumen Penelitian (Angket)	
6.	24 Juni 2024	Konsultasi Hasil Penelitian & Lanjut Penyusunan BAB IV	
7.	1 Juli 2024	Konsultasi BAB IV & Lanjut Penyusunan BAB V	
8.	18 Juli 2024	ACC Revisi BAB IV & Konsultasi BAB V	
9.	22 Juli 2024	ACC Revisi BAB V & Lanjut Penyusunan BAB VI	
10.	25 Juli 2024	Konsultasi Kepenulisan / Tata Bahasa BAB I - VI	
11.	1 Agustus 2024	ACC Skripsi	

Catatan: Penyusunan skripsi harus merujuk pada buku Pedoman Penulisan Karya Ilmiah IAIN Kediri




KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(I A I N) KEDIRI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

Alamat : Jl. Sultan Agung No. 7 Ngrombo Kediri (Kode Pos) 64127. telp. (0354) 689282 - Fax. (0354) 688564

Kediri 1 Agustus 2024
DOSEN PEMBIMBING

Moh. Mubakhol Khoir, M. Th. L.
NIP. 198807142019031013

Lampiran 10 Surat Professional Judgement

**KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(I A I N) KEDIRI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH**

Alamat : Jl. Sunan Ampel No. 7 Ngrunggo Kediri (Kode Pos) 64127 ☎Telp. (0354) 689282 - Fax. (0354) 686564

FORMULIR PROFESSIONAL JUDGEMENT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:


Nama : Moh. Misbakhul Khoir, M. Th.I.
Institusi : Institut Agama Islam Negeri Kediri

Dengan ini telah melaksanakan professional judgment kepada:

Nama Mahasiswa : Nurintan Lulu Jauhariyah
Nomor Induk Mahasiswa : 20107020
Fakultas / Jurusan : Ushuluddin dan Dakwah / Tasawuf dan Psikoterapi
Semester / Tahun : 8 / 2024
Judul Skripsi : Hubungan Antara Muḥāsabah Dengan Adiksi Media Sosial Pada Mahasiswa Angkatan 2020 di Fakltas ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri
Objek Penelitian : 1. Skala Muḥāsabah
2. Skala Adiksi Media Sosial

Dengan demikian Professional Judgment ini dibuat untuk diperbaiki sesuai rekomendasi.

Kediri, 1 Agustus 2024
Professional Judgment


Moh. Misbakhul Khoir, M. Th.I.
NIP. 198807142019031013

RIWAYAT HIDUP



Nurintan Lulu Jauhariyah, lahir di Desa Kalijati Timur, Kecamatan Kalijati, Kabupaten Subang, Provinsi Jawa Barat. Penulis merupakan anak kedua dari pasangan M. Nursamsi dan Wiwit Windarti. Penulis memulai pendidikan formal tahun 2006 TKIT Riyadlotul Fikri Kaliangsana, dilanjut pendidikan Sekolah Dasar pada tahun 2008 di SDN Angkasa 1 Lanud Suryadharma,

Kalijati sampai tahun 2014. Kemudian melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Pertama pada tahun 2014 – 2015 di MTs Assa’adah 2 Bungah, lalu pada tahun 2015 pindah sekolah di MTs YAKPI Kalijati tahun 2015 – 2017. Di tahun 2017, penulis melanjutkan pendidikan formal di MAN 1 Subang dan selesai di tahun 2020.

Dengan berkat serta ridho Allah SWT. penulis diizinkan melanjutkan pendidikan di jenjang Perguruan Tinggi dan tentu saja dengan dukungan keluarga tercinta akhirnya penulis melanjutkan pendidikan di Institut Agama Islam Negeri Kediri, memilih program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah. Semangat dan kerja keras yang tidak sia-sia hingga membuahkan hasil, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.