

BAB IV

LAPORAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Berdirinya Program Studi Pendidikan Agama Islam UIN

Antasari Banjarmasin

Prodi Pendidikan Agama Islam merupakan prodi tertua di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin, sekaligus menjadi prodi dengan jumlah mahasiswa terbesar hingga saat ini. Prodi ini memiliki keunggulan dari sisi tenaga pengajar yang berkompeten di berbagai bidang, termasuk para dosen senior yang menyandang gelar profesor maupun doktor yang turut mendukung peningkatan kualitas akademik. Secara kelembagaan, prodi ini telah mendapatkan legalitas operasional dari Menteri Agama melalui SK No. 81 tahun 1967 yang disahkan oleh Sekjen Departemen Agama RI, Brigjen A. Manan.

Sejak pertama kali dibuka bersama berdirinya Fakultas Tarbiyah dan Keguruan dengan mahasiswa awal sebanyak 51 orang, prodi ini terus berkembang secara akademik. Akreditasi pertama yaitu dengan peringkat B yang diperoleh dari BAN PT tahun 2000 melalui SK No. 03579/AK-I-III-012/IA JPBI/VI/2000, yang kemudian diikuti berbagai pembenahan kurikulum, fasilitas, dan kualifikasi dosen dalam lima tahun berikutnya. Mulai angkatan 2010, kurikulum diperbarui dengan penguatan rumpun mata kuliah inti meliputi Akidah Akhlak, Sejarah Kebudayaan Islam, Quran Hadits, dan Fiqih yang diberlakukan sejak semester lima. Pada tahun 2025, prodi ini berhasil meraih akreditasi Unggul dari LAMDIK yang berlaku

selama lima tahun melalui Surat Keputusan No. 106/SK/LAMDIK/Ak/S/II/2025 dengan nilai 370.

2. Visi dan Tujuan Prodi PAI UIN Antasari Banjarmasin

Visi:

Menjadi pusat pengembangan Pendidikan Agama Islam yang mencetak guru yang unggul dan berkarakter Islami, serta mampu menggunakan teknologi informasi dalam pembelajaran.

Tujuan:

1. Menghasilkan sarjana pendidikan yang memiliki kemampuan sebagai calon pendidik/praktisi pendidikan yang memiliki keterampilan kerja, penguasaan pengetahuan, kemampuan manajerial dan tanggung jawab sebagai pendidik dalam bidang mata pelajaran Pendidikan Agama Islam pada sekolah/madrasah yang berkepribadian baik, berpengetahuan luas dan mutakhir dibidangnya serta mampu melaksanakan tugas dan bertanggung jawab berlandaskan ajaran dan etika keislaman, keilmuan, dan keahlian.
2. Menghasilkan sarjana pendidikan sebagai asisten peneliti pendidikan yang memiliki kemampuan kerja, penguasaan pengetahuan, kemampuan manajerial dan tanggung jawab sebagai asisten peneliti dalam bidang Pendidikan Agama Islam yang berkepribadian baik, berpengetahuan luas dan mutakhir dibidangnya serta mampu melaksanakan tugas dan bertanggung jawab berlandaskan ajaran dan etika keislaman, keilmuan dan keahlian.
3. Menghasilkan sarjana pendidikan sebagai pengembang bahan ajar yang memiliki kemampuan kerja, penguasaan pengetahuan, kemampuan manajerial

dan tanggung jawab sebagai pengembang bahan ajar dalam bidang Pendidikan Agama Islam pada sekolah/madrasah yang berkepribadian baik, berpengetahuan luas dan mutakhir dibidangnya serta mampu melaksanakan tugas dan tanggung jawab berlandaskan ajaran dan etika keislamaan, keilmuan, dan keahlian.

3. Struktur Prodi PAI 2026-2030 dan Data Mahasiswa PAI Angkatan 2022

Struktur Prodi PAI 2025-2029

Ketua Jurusan : Bapak Dr. Nuryadin, S.Ag., S.H., M.Ag.

Sekretaris Jurusan : Ibu Najminnur Hasanatun Nida, M.Pd.I

Adapun data mahasiswa PAI Angkatan 2022 berdasarkan pembagian konsentrasi yaitu sebagai berikut:

Akidah Akhlak : 85 Orang

Fiqih : 83 Orang

Qur'an Hadis : 21 Orang

SKI : 20 Orang

Dengan demikian, total mahasiswa PAI angkatan 2022 berjumlah 209 orang.

B. Penyajian Data

Penelitian ini meliputi aspek-aspek perilaku konsumtif yang sering dilakukan mahasiswa PAI UIN Antasari Banjarmasin dan pembiasaan sikap *qona'ah* dalam mengatasi perilaku konsumtif pada mahasiswa PAI UIN Antasari Banjarmasin.

1. Aspek-aspek Perilaku Konsumtif yang Sering dilakukan Mahasiswa PAI UIN Antasari Banjarmasin

a. Pembelian Impulsif

Pembelian impulsif merupakan salah satu bentuk perilaku konsumtif yang ditandai dengan keputusan membeli sesuatu secara spontan tanpa adanya perencanaan sebelumnya. Dalam penelitian ini, seluruh informan mengaku pernah mengalami pembelian impulsif, meskipun dengan frekuensi, bentuk, dan tingkat pengendalian diri yang berbeda-beda.

Perilaku pembelian impulsif dialami oleh NYA selaku mahasiswi PAI, yang menyatakan:

Dulu awalnya dengan teman saya hanya berencana belanja makanan diluar, ketika di jalan kami melihat ada toko aksesoris yang menarik perhatian kami. Kami kesana dan saya membeli bandana karena lucu, walaupun saya sudah diingatkan teman bahwa saya sudah punya barang itu, tapi saya tetap membelinya dan bandana yang dulu di rumah itu saya berikan ke adik saya saja. Prinsip saya dalam memutuskan keputusan dalam membeli melihat dari harganya. Misal, harga barangnya dibawah 20 ribu maka saya beli dan kalau emang barang itu penting yang bisa digunakan. Tapi untuk kejadian ini membuat saya menyesal pada saat sudah sampai di rumah, kenapa saya jadi beli bandana ini sedangkan di rumah masih ada walaupun cuma 10 ribu.⁷¹

Pernyataan NYA di atas menggambarkan bahwa pembelian impulsif dipengaruhi oleh daya tarik visual dan pertimbangan harga yang murah. Akan tetapi, munculnya perasaan menyesal setelah sampai di rumah mengindikasikan bahwa kesadaran diri NYA masih berfungsi sebagai evaluasi pasca pembelian.

⁷¹ Hasil wawancara NYA, Jum'at, 30 Januari 2026.

Pengalaman serupa juga dialami oleh RS, mahasiswi PAI lainnya, Ia menjelaskan:

Ketika ada godaan belanja saya melihat dari harganya dulu apabila murah maka bisa saja langsung saya beli. Biasanya saya tertarik membeli karena melihat dari media sosial. Misalnya, baju tersebut harganya murah dan juga bagus, maka bisa membuat saya tiba-tiba ingin membelinya. Tapi itu jarang terjadi, cuma beberapa kali saja ketika uangnya lebih, kalau uangnya tidak ada atau secukupnya saja maka tidak saya beli, lebih baik membeli untuk kebutuhan lain saja.⁷²

Dari pernyataan RS tersebut terlihat bahwa pengaruh media sosial menjadi salah satu pemicu munculnya keinginan membeli secara tiba-tiba. Namun demikian, RS menunjukkan kemampuan pengendalian diri yang cukup baik dengan menjadikan ketersediaan uang sebagai pertimbangan utama, sehingga pembelian impulsif pada dirinya tidak terjadi secara berlebihan.

Berbeda dari kedua informan sebelumnya yang mengalami pembelian impulsif pada barang sekunder. AR selaku mahasiswa PAI, justru mengungkapkan bahwa pembelian impulsifnya lebih sering terjadi pada kebutuhan primer, yaitu makanan atau minuman. Ia mengatakan sebagai berikut:

Selama saya di Banjarmasin, saya tidak pernah membeli sesuatu secara tiba-tiba tanpa adanya perencanaan. Kalau barang saya tidak pernah tapi kalau makanan dan minuman ketika di jalan lumayan sering. Awalnya ketika di jalan tidak ada terlintas dipikiran saya untuk membeli apapun, namun saat ditengah perjalanan kadang ada perasaan ingin membeli sesuatu.⁷³

Sementara itu, NAA selaku mahasiswi PAI, memperlihatkan adanya proses pertimbangan yang berlangsung meskipun pembelian terjadi secara spontan. Sebagaimana yang disampaikan:

Ketika ikut mama saya belanja ke warung, mama saya membeli barang yang ada di daftar belanja. Saya melihat ada gantungan kunci yang lucu, jadi pada

⁷² Hasil wawancara RS, Selasa, 3 Februari 2026.

⁷³ Hasil wawancara AR, Senin, 9 Februari 2026.

saat itu saya langsung membelinya karena menarik padahal sebelumnya tidak ada terpikir untuk membeli sesuatu. Ada juga ketika saya ingin beli skincare, list belanja saya cuma bedak dan lipstik, tapi karena melihat handbody dan kebetulan punya saya di rumah sudah habis jadi saya membelinya, untuk kejadian ini tidak di rencanakan tapi saya membelinya sesuai dengan kebutuhan. Yang mempengaruhi saya membeli sesuatu secara tiba-tiba yaitu karena keinginan, namun yang pertama saya mempertimbangkan perlu atau tidaknya terlebih dahulu, kalau perlu maka saya beli. Tetapi kalau barang lain seperti aksesoris itu tergantung harga, kalau barangnya baik dan juga menarik bisa saya beli namun itu jarang terjadi.⁷⁴

Selanjutnya, FH selaku mahasiswa PAI mengatakan pengalamannya dalam melakukan pembelian impulsif, sebagai berikut:

Saya pernah membeli barang secara tiba-tiba, yaitu buku. Saat itu saya pergi ke Gramedia tanpa rencana sebelumnya, saya akhirnya membeli buku yang awalnya tidak pernah terpikirkan. Untuk barang lain, saya jarang melakukannya karena lebih mempertimbangkan kebutuhan. Berbeda dengan makanan, saya justru lebih sering membeli secara spontan, terutama makanan ringan yang dijual di pinggir jalan seperti gorengan, pentol, dan lain-lain.⁷⁵

Dari pernyataan FH dapat dipahami bahwa pembelian impulsif pada dirinya bersifat situasional dan bergantung pada jenis barang yang dibeli. Untuk barang, FH cenderung lebih berhati-hati dan mempertimbangkan kebutuhan terlebih dahulu, sedangkan untuk makanan ringan, pertimbangan tersebut lebih longgar karena dianggap tidak berdampak signifikan secara finansial.

Selanjutnya Z selaku mahasiswi PAI, juga mengungkapkan pengalamannya dalam melakukan pembelian impulsif. Ia menyampaikan:

Saya pernah membeli baju tanpa rencana karena ajakan teman dan kebetulan saat itu sedang promo. Saya langsung membeli ketika barangnya ada yang cocok dengan saya, padahal tidak ada rencana membeli baju dalam waktu dekat. Alasan saya langsung membeli karena baju tersebut bisa digunakan untuk menyesuaikan dengan acara tertentu, sehingga merasa perlu untuk membelinya. Saya juga pernah membeli baju tanpa ajakan teman, tetapi tetap berdasarkan kebutuhan dan karena saya menyukainya, jadi dibeli walaupun

⁷⁴ Hasil wawancara NAA, Jum'at, 6 Februari 2026.

⁷⁵ Hasil wawancara FH, Jum'at, 30 Januari 2026.

tanpa rencana sebelumnya. Namun, setiap membeli barang, saya tetap mempertimbangkan, seperti baju tersebut akan digunakan untuk apa.⁷⁶

Pernyataan Z memperkuat temuan bahwa pengaruh lingkungan sosial, dalam hal ini ajakan teman, serta stimulus eksternal berupa promosi harga menjadi faktor yang cukup signifikan dalam mendorong terjadinya pembelian impulsif. Meskipun demikian, Z tetap menunjukkan adanya pertimbangan rasional dengan memikirkan kegunaan barang sebelum memutuskan untuk membelinya.

Berdasarkan hasil wawancara dari beberapa mahasiswa PAI di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku pembelian impulsif pada mahasiswa PAI UIN Antasari Banjarmasin masih terjadi dalam kehidupan sehari-hari dengan frekuensi dan bentuk yang beragam. Sebagian informan mengaku pernah melakukan pembelian secara tiba-tiba ketika melihat barang yang menarik, terutama aksesoris dan pakaian dengan harga relatif murah, sementara sebagian lainnya lebih sering mengalami pembelian impulsif pada kebutuhan primer seperti makanan dan minuman.

Selain itu, beberapa informan juga mempertimbangkan kebutuhan dan kondisi keuangan sebelum memutuskan untuk membeli sesuatu secara spontan. Adapun faktor-faktor yang menjadi pengaruh dalam pembelian impulsif pada mahasiswa PAI antara lain daya tarik visual barang, harga yang terjangkau, pengaruh media sosial, serta dorongan dari lingkungan pergaulan.

b. Pemborosan

Pemborosan merupakan salah satu bentuk perilaku konsumtif yang ditandai dengan kebiasaan mengonsumsi sesuatu secara berlebihan atau kurang

⁷⁶ Hasil wawancara Z, Selasa, 3 Februari 2026

dibutuhkan. Dalam penelitian ini, sebagian besar informan mengaku pernah melakukan perilaku pemborosan, meskipun dengan tingkat, bentuk, dan kesadaran yang berbeda-beda.

Pengalaman pemborosan disampaikan oleh Z selaku mahasiswi PAI, yang pernah membeli barang koleksi kurang berguna. Ia mengungkapkan:

Saya pernah membeli photo card idol, awalnya saya merasa puas namun setelahnya saya jadi kepikiran mengapa tidak beli yang lain saja karena uangnya juga lumayan. Saya juga sudah punya beberapa sebelumnya, awalnya saya sangat puas namun lama kelamaan jadi menyesal. Saya membelinya karena langsung terpesona dan merasa senang melihat barang tersebut, namun setelahnya saya menyesal mengapa tidak mengutamakan kebutuhan terlebih dahulu. Untuk membeli barang yang harganya lumayan saya harus punya uang dua kali lipat dari harga barang yang ingin saya beli. Jadi uang simpanan masih ada. Akhir-akhir ini saya sudah lebih mempertimbangkan kebutuhan tidak seperti dulu lagi. Baik harganya murah maupun mahal tetap dipertimbangkan, tetapi untuk belanja makanan saya lumayan sering jarang saya pertimbangkan.⁷⁷

Selanjutnya, NYA selaku mahasiswi PAI juga mengungkapkan tentang pengalaman pemborosan yang pernah dilakukannya, sebagai berikut:

Saya ketika membeli aksesoris tidak mempertimbangkannya kecuali karena lucu dan murah. Setelah sampai dirumah ternyata tidak tertalu terpakai. Saya sering membeli gamis abaya namun lebih sering membeli pasmina dan cadar. Saya pernah berencana membeli gamis dan sudah lama menginginkannya. Saya ingin gamis tersebut cuma karena melihat syarifah memakainya padahal harganya mahal. Saya memakainya diacara yang lumayan besar, dan ternyata setelahnya tidak terpakai lagi karena gamisnya agak mencolok dan hanya cocok dipakai di acara-acara besar. Untuk gamis saya merasa biasa saja, tidak menyesal karena dari awal gamis ini memang cocok dipakai di acara tertentu, jadi saya simpan nanti suatu saat pasti akan terpakai juga. Tetapi, saya menyesal membeli bandana karena tidak terlalu dibutuhkan dan saya berikan ke adik saya. Setelahnya saya tidak membeli lagi kedepannya.⁷⁸

Pengalaman berbeda disampaikan oleh RS selaku mahasiswi PAI, ia menjelaskan sebagai berikut:

⁷⁷ Hasil wawancara Z, Selasa, 3 Februari 2026.

⁷⁸ Hasil wawancara NYA, Jum'at, 30 Januari 2026.

Saya pernah membeli barang yang awalnya memang dibutuhkan. Misalnya, sepatu tapi saya membelinya secara online, setelah barangnya datang ternyata ukurannya tidak sesuai jadi tidak terpakai dan dipakai oleh keluarga yang lain, padahal barang tersebut saya butuhkan dan sudah di rencanakan sebelumnya, saya merasa menyesal mengapa tidak membeli secara offline saja. Saya pernah membeli barang yang fungsinya sama lebih dari satu kali. Misalnya, sepatu dan tas namun saya tidak selalu membelinya terus-menerus, sesuai dengan kebutuhan saya dan itu saya gunakan secara optimal untuk gonta-ganti biar saya tidak pakai barang yang itu terus dan kalau rusak juga saya beli lagi. Saya membeli sesuatu sesuai dengan kebutuhan seperti bedak, parfum atau lipstik yang biasa dipakai sehari hari, walaupun punya banyak uang tetap mempertimbangkan kebutuhan.⁷⁹

Sementara itu, NAA selaku mahasiswi PAI, mengatakan dirinya hampir tidak pernah membeli barang yang tidak digunakan. Meskipun demikian, NAA mengakui pernah melakukan pemborosan kecil dalam satu kesempatan. Sebagaimana disampaikannya:

Saya hampir tidak pernah membeli barang yang tidak saya gunakan. Misalnya, sebelumnya saya membeli gantungan kunci untuk kamar saya, walaupun itu termasuk aksesoris tetapi tetap ada daya gunanya, jadi selama ini tidak pernah membeli sesuatu yang tidak terpakai. Mungkin dulu saya pernah membeli case hp, padahal punya saya masih baik cuma ingin mengganti yang baru, seharusnya cukup satu case saja kalau masih bisa dipakai. Dalam membeli barang saya fleksibel saja, kalau memang membutuhkan maka saya beli sesuai yang dibutuhkan, jadi walaupun uang banyak tidak langsung membeli berlebihan dan tetap mempertimbangkan kebutuhan.⁸⁰

Kemudian, FH selaku mahasiswa PAI menunjukkan pengendalian diri yang paling ketat di antara para informan lainnya. Bagi FH, fungsi dan ketahanan barang menjadi pertimbangan utama sebelum memutuskan untuk membeli sesuatu. Penjelasannya sebagai berikut:

Saya hampir tidak pernah membeli barang yang tidak dibutuhkan, terkecuali makanan. Saya harus menunggu barang rusak terlebih dahulu baru membelinya. Saya tidak akan membelinya selama barang yang saya punya masih bisa digunakan, jika saya membelinya maka barang tersebut sudah menjadi kebutuhan saya. Dalam membeli barang saya mengutamakan

⁷⁹ Hasil wawancara RS, Selasa, 3 Februari 2026.

⁸⁰ Hasil wawancara NAA, Jum'at, 6 Februari 2026.

funksinya dan mempertimbangkan ketahanan jangka lama, jika membutuhkannya maka saya beli. Jadi pertimbangan yang paling utama yaitu kebutuhan dan kondisi keuangan, baik ketika mempunyai uang banyak ataupun sedikit tetap mempertimbangkan kebutuhan.⁸¹

Hal yang sama disampaikan oleh AR selaku mahasiswa PAI, sebagaimana penjelasannya:

Saya pernah membeli barang yang fungsinya sama lebih dari satu kali yaitu handgrip untuk latihan tangan, namun saya membeli lagi karena barang yang dulu rusak sudah dua kali patah. Belum pernah saya membeli barang sedangkan barang yang ada masih bagus. Saya tipe orang yang membeli barang yang sama itu harus menunggu rusak dulu baru membeli yang baru. Saya membeli sesuatu tidak terlalu berpikir panjang, jika ingin membeli maka saya beli. Tetapi saya tidak terlalu berlebihan atau sering membeli barang walaupun uang banyak.⁸²

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan peneliti sebelumnya di lingkungan perkuliahan mahasiswa prodi PAI angkatan 2022 UIN Antasari Banjarmasin, terlihat adanya kecenderungan perilaku konsumtif yang mengarah pada pemborosan khususnya saat berada di lingkungan kampus. Hal ini tampak dari kebiasaan mahasiswi yang membeli barang atau aksesoris baru, yang membelinya dengan alasan daya tarik barang tersebut, bukan semata-mata karena kebutuhan. Temuan observasi ini memperkuat hasil wawancara yang menunjukkan bahwa pemborosan pada mahasiswa PAI lebih sering terjadi pada konteks konsumsi barang yang dipicu oleh daya tarik visual.⁸³

Berdasarkan informasi yang diperoleh melalui observasi dan wawancara dengan beberapa mahasiswa PAI, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa pernah melakukan pemborosan, dalam konteks membeli barang yang

⁸¹ Hasil wawancara FH, Jum'at, 30 Januari 2026.

⁸² Hasil wawancara AR, Senin, 9 Februari 2026.

⁸³ Hasil observasi, Rabu, 28 Mei 2025.

kurang dibutuhkan. Namun, terdapat beberapa mahasiswa yang menerapkan berbagai strategi pengendalian diri, seperti memiliki uang dua kali lipat dari harga barang, membeli barang sesuai kebutuhan dan menunggu rusak baru membelinya, menunda pembelian meskipun uang cukup, serta kesadaran akan susahny mencari uang dan pentingnya menyimpan uang untuk masa depan. Sebagian mahasiswa seperti NAA, AR, dan FH menunjukkan kontrol diri yang lebih baik karena mereka tidak membeli barang jika barang lama masih bisa digunakan serta tetap mempertimbangkan kebutuhan meskipun sedang memiliki banyak uang.

c. Mencari Kesenangan

Perilaku konsumtif juga terwujud dalam bentuk belanja untuk mencari kesenangan atau sebagai bentuk penghargaan terhadap diri sendiri yang dikenal dengan istilah *self reward*.

NAA selaku mahasiswi PAI, mengatakan pengalamannya dalam berbelanja sebagai bentuk *self reward* yang dilakukan pada momen tertentu saja, sebagaimana disampaikannya:

Saya pernah belanja hanya untuk mencari kesenangan sebagai bentuk *self reward*. Pertama kali saya gaji dari mengajar les anak-anak, dan itu gaji pertama dari pekerjaan baru, saya merasa itu momen khusus untuk *self reward*. Karena itu, saya mengajak diri saya untuk membeli makanan, seperti makan eskrim tapi saya jarang membeli sesuatu berupa barang,.⁸⁴

Sedangkan NYA selaku mahasiswi PAI, menerapkan kebiasaan *self reward* secara lebih terencana dengan menetapkan frekuensi dan anggaran tersendiri, sebagaimana penjelasan berikut:

Saya menerapkan *self reward* satu bulan sekali, biasanya dalam bentuk buku, parfum atau barang lain yang sedang promo. Saya akan membelinya jika

⁸⁴ Hasil wawancara NAA, Jum'at, 6 Februari 2026.

uangnya cukup. Kadang saya tidak selalu menunggu sampai sebulan dulu. Misalnya, ada syarifah atau ustadzah yang launching buku maka saya segera menabung untuk membelinya. Keputusan saya dalam membelinya yang pertama memastikan uangnya cukup. Kedua, memastikan *self reward* itu memang untuk kesenangan saya sendiri. Saya juga mempertimbangkan apakah barang yang saya beli akan bertahan lama atau penting untuk saya.⁸⁵

Sementara itu, AR selaku mahasiswa PAI mengatakan pengalaman yang berbeda dalam berbelanja, sebagai berikut:

Sejauh ini, saya belanja dengan tujuan kesenangan cuma membeli alat olahraga. Saya membeli barang untuk kesenangan pribadi pada saat saya bosan, misalnya, saya bosan main HP jadi saya memutuskan membeli alat olahraga. Saya tidak tertarik dengan tren orang kebanyakan entah itu fashion atau barang apapun, karena tidak terlalu fungsional bagi saya, saya membeli sesuatu sesuai kehendak saya sendiri seperti alat olahraga.⁸⁶

Adapun Z selaku mahasiswi PAI, memiliki pengalaman *self reward* yang lebih beragam dan mencakup berbagai bentuk, mulai dari makanan hingga perhiasan yang sekaligus difungsikan sebagai tabungan. Sebagaimana disampaikannya:

Pertama kali saya mendapatkan uang dari hasil bekerja, maka langsung saya belikan ke barang, tetapi tetap mempertimbangkan kebutuhan. Misalnya, kalau saya ingin membeli pakaian dan ternyata saya memang butuh maka akan saya beli. Namun ada juga ketika saya selesai mengerjakan tugas, saya membeli makanan setelahnya, saya juga pernah jalan-jalan dan photobox dengan teman-teman, membeli perhiasan untuk kesenangan sekaligus sebagai tabungan. Saya membeli untuk kepuasan pribadi atau *self reward* terkadang saat sedang ingin saja agar merasa bahagia dan senang, tapi saya juga jarang membeli sesuatu hanya untuk kesenangan.⁸⁷

Berbeda dari keempat informan sebelumnya, FH selaku mahasiswa PAI, menyatakan bahwa dirinya tidak pernah berbelanja khusus untuk kesenangan atau *self reward*. Bagi FH, setiap pembelian yang dilakukan selalu didasari oleh kebutuhan, sehingga kepuasan yang diperoleh merupakan dampak dari terpenuhinya kebutuhan tersebut, bukan dari kesenangan semata. Ia menjelaskan:

⁸⁵ Hasil wawancara NYA, Jum'at, 30 Januari 2026.

⁸⁶ Hasil wawancara AR, Senin, 9 Februari 2026.

⁸⁷ Hasil wawancara Z, Selasa, 3 Februari 2026

Saya tidak pernah membeli sesuatu untuk kesenangan atau *self reward*, misalnya membeli buku walaupun ada rasa senang saat membaca terutama buku novel, jika saya membelinya berarti itu termasuk kebutuhan.⁸⁸

Hal serupa juga diungkapkan oleh RS, selaku mahasiswi PAI lainnya, yang menyatakan:

Saya tidak pernah belanja hanya untuk kesenangan. Misalnya, saya pergi ke Dutamall cuman membeli makanan bukan barang, kalau untuk barang seperti baju jika ada uangnya saya beli, tetapi barang yang saya beli sudah pasti kebutuhan. Jadi saya membeli untuk kepuasan pribadi juga sejalan dengan kebutuhan.⁸⁹

Berdasarkan hasil observasi pada mahasiswa PAI, terlihat adanya kecenderungan perilaku konsumtif yang dilakukan untuk memperoleh kesenangan atau kepuasan emosional. Hal ini terlihat dari kebiasaan sebagian mahasiswa khususnya perempuan, yang membeli sesuatu sebagai bentuk *self reward* setelah melakukan pencapaian akademik. Misalnya, setelah melakukan seminar proposal, beberapa mahasiswi terlihat membeli buket bunga atau hadiah kecil untuk diri sendiri sebagai bentuk apresiasi atas usaha yang telah dilakukan. Pembelian tersebut tidak selalu didasarkan pada kebutuhan utama, melainkan lebih kepada keinginan untuk merayakan keberhasilan dan memperoleh rasa senang serta kepuasan pribadi. Temuan observasi ini sejalan dengan hasil wawancara yang menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa PAI memang menjadikan belanja sebagai salah satu cara untuk mengapresiasi diri sendiri pada momen-momen tertentu.⁹⁰

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara mengenai pengalaman berbelanja untuk kesenangan atau *self reward*, disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa PAI pernah melakukan belanja untuk tujuan mencari kesenangan, meskipun dengan

⁸⁸ Hasil wawancara FH, Jum'at, 30 Januari 2026.

⁸⁹ Hasil wawancara RS, Selasa, 3 Februari 2026.

⁹⁰ Hasil observasi, Selasa, 29 April 2025.

frekuensi, bentuk, dan pertimbangan yang berbeda. Beberapa mahasiswa memberikan *self reward* pada momen tertentu, seperti saat menerima gaji pertama atau setelah menyelesaikan tugas akademik yang berat, ada pula yang melakukannya dengan lebih terencana, seperti memberikan penghargaan satu kali sebulan. Adapun bentuk kesenangan yang dipilih sangat beragam, mulai dari makanan, buku, parfum, perhiasan yang sekaligus berfungsi sebagai tabungan, hingga alat olahraga yang dipilih berdasarkan manfaat jangka panjangnya.

Sebaliknya, terdapat pula informan yang menyatakan tidak pernah berbelanja khusus untuk kesenangan, karena setiap pembelian yang dilakukan selalu dilandasi oleh kebutuhan yang nyata sehingga kepuasan pribadi yang diperoleh sejalan dengan terpenuhinya kebutuhan tersebut.

2. Pembiasaan Sikap *Qona'ah* dalam Mengatasi Perilaku Konsumtif pada Mahasiswa PAI UIN Antasari Banjarmasin

Pembiasaan sikap *qona'ah* merupakan upaya yang dilakukan secara sadar dan berkesinambungan untuk menumbuhkan rasa cukup, syukur, dan pengendalian diri dari perilaku konsumtif.

a. Pemahaman Mahasiswa tentang *Qona'ah*

Sebelum mengkaji bentuk-bentuk pembiasaan sikap *qona'ah*, perlu diketahui terlebih dahulu bagaimana pemahaman mahasiswa PAI terhadap konsep *qona'ah* serta dari mana pemahaman tersebut diperoleh.

NYA selaku mahasiswi PAI, mengatakan pemahamannya mengenai *Qona'ah*, sebagai berikut:

Qonaah artinya merasa cukup dengan apa yang kita punya, baik itu uang dan barang ataupun orang-orang disekitar kita, bersyukur dengan apa yang sudah diberikan . Saya mengetahuinya dari orang tua, dan lembaga pendidikan sejak sekolah sampai di perkuliahan. Saya juga mendapatkan ilmu itu dari majelis.⁹¹

Z selaku mahasiswi PAI, mengatakan tentang pemahaman *qona'ah*, sebagai berikut:

Qonaah yaitu merasa cukup, kalau sudah mempunyai barang maka harus disyukuri dan merasa cukup, saya mengetahuinya dari yang sudah saya pelajari mulai dari aliyah pada saat pelajaran akidah.⁹²

Selanjutnya AR selaku mahasiswa PAI, menyampaikan tentang pemahaman *qona'ah*, menurutnya:

Menurut pandangan pribadi rasa cukup setiap orang berbeda-beda, tergantung dari keperluannya, ada orang yang perlu barang itu dan ia merasa cukup, namun ada juga orang yang tidak memerlukan barang itu. Jadi rasa cukup itu kembali kepada diri sendiri, di agama juga dianjurkan untuk tidak ishrاف atau berlebihan.⁹³

Kemudian, RS selaku mahasiswi PAI mengatakan tentang pemahaman *qona'ah*, sebagai berikut:

Menurut saya *qona'ah* itu merasa cukup dengan apa yg diberikan, kalau yang dimiliki sudah cukup maka nanti saja belinya. Menunggu ada yang perlu atau rusak terlebih dahulu baru membelinya. Saya mengetahui pemahaman tersebut dari orang-orang sekitar, seperti teman dan keluarga.⁹⁴

FH selaku mahasiswa PAI, mengatakan pemahamannya mengenai *qona'ah*, sebagai berikut:

Qona'ah yaitu merasa cukup atau sama dengan sederhana, membeli barang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan. Misalnya, membeli barang yang mewah sekalipun kalau kita membutuhkannya maka itu tetap termasuk *qona'ah*, membeli barang sesuai kebutuhan bukan membeli barang sesuai keinginan, *qona'ah* tidak selalu menahan diri dari semua keinginan, jika keinginannya sejalan dengan kebutuhan maka kita beli, tetapi kalau cuma ingin

⁹¹ Hasil wawancara NYA, Jum'at, 30 Januari 2026.

⁹² Hasil wawancara Z, Selasa, 3 Februari 2026.

⁹³ Hasil wawancara AR, Senin, 9 Februari 2026.

⁹⁴ Hasil wawancara RS, Selasa, 3 Februari 2026.

saja tetapi tidak butuh maka kita tahan untuk tidak membelinya, itu *qona'ah* sepemahaman saya. Jika mengutamakan keinginan bukan kebutuhan walau hanya sesekali akan menjadi hal yang sia-sia maka hal itu tidak termasuk *qona'ah* tetapi termasuk tabdzir atau pemborosan.⁹⁵

Selanjutnya NAA selaku mahasiswi PAI, mengatakan tentang pemahaman *qona'ah*, menurutnya:

Qonaah yang saya pahami dari pelajaran dan yang pernah disampaikan oleh guru-guru saya, *qona'ah* artinya merasa cukup dan bersyukur dengan apa yang dimiliki, jadi saya juga jarang membeli sesuatu yang double kegunaan.⁹⁶

Berdasarkan hasil wawancara dari beberapa mahasiswa PAI di atas dapat disimpulkan bahwa setiap informan memiliki pemahaman tentang *qona'ah* meskipun dengan kedalaman dan penekanan yang berbeda-beda. Secara umum, para informan memahami *qona'ah* sebagai sikap merasa cukup dan bersyukur atas apa yang telah dimiliki, serta senantiasa mengutamakan kebutuhan di atas keinginan dalam setiap keputusan konsumsi. Pemahaman tersebut diperoleh dari berbagai sumber, mulai dari pendidikan formal di sekolah dan perguruan tinggi, majelis ilmu hingga lingkungan pertemanan.

b. Pembiasaan secara Rutin

Salah satu bentuk pembiasaan rutin yang terstruktur ditunjukkan oleh NYA, mahasiswi PAI, yang menjadikan kegiatan mengikuti pengajian sebagai sarana untuk mengingatkan dirinya agar tidak terjebak dalam perilaku konsumtif.

Sebagaimana disampaikannya:

Setiap hari saya selalu mendengarkan ceramah atau mengikuti pengajian rutin dari guru ilham. Pembahasan kitabnya berbeda-beda, ada yang membahas tentang fikih dan akidah akhlak. Salah satu cara agar saya bisa menerapkan *qona'ah* yaitu dengan banyak mendengarkan nasihat para guru. Kebiasaan tersebut muncul dari kesadaran pribadi dan juga lingkungan pertemanan. Saat

⁹⁵ Hasil wawancara FH, Jum'at, 30 Januari 2026.

⁹⁶ Hasil wawancara NAA, Jum'at, 6 Februari 2026.

menggunakan sosial media, saya juga tertampar dengan beberapa konten yang berisi energi positif, yang membuat saya selalu sadar diri dan ingin memperbaiki diri.⁹⁷

Sementara itu, NAA selaku mahasiswa PAI memiliki kebiasaan rutin yang lebih terstruktur, yaitu membiasakan diri untuk mengucapkan rasa syukur setiap selesai sholat magrib. NAA menyampaikan:

Setiap selesai sholat magrib, saya mewajibkan diri sendiri untuk berdoa, “Ya Allah terima kasih untuk umur dan kesehatan hari ini”, bisa juga lebih spesifik lagi. Kalau bentuk syukur dalam perbuatan, saya lebih menggunakan barang yang sudah ada dan membawa badan yang sudah di sehatkan Allah untuk beraktifitas bukan untuk bermalas-malasan, karena hal itu sebagai bentuk syukur atas kesehatan yang diberikan. Sedangkan bentuk syukur dari hati yaitu merasa cukup pada apa yang sudah diberikan pada hari ini. Misal, ingin membeli sesuatu tetapi sudah diberikan Allah kemarin maka lebih baik tidak perlu beli, tetap merasa cukup. Kebiasaan syukur dalam bentuk ucapan, saya lakukan rutin setiap hari sejak sekolah MI, guru saya bernasehat bahwa jika kita berterima kasih dalam satu hal maka besok akan dilipat gandakan Allah. jika antara magrib dan isya saya sibuk dan atau lupa maka setelah sholat saya ucapkan Alhamdulillah.⁹⁸

Hal serupa juga diungkapkan oleh Z, yang menjadikan rasa syukur sebagai kebiasaan rutin setiap pagi. Sebagaimana penjelasannya:

Saya bersyukur setiap bangun subuh dengan mengucapkan terima kasih kepada Allah bahwa saya masih dihidupkan sampai saat ini, diberikan kesehatan, keluarga, rezeki dan masih diberikan kesempatan bernapas sampai saat ini, Kebiasaan tersebut merupakan afirmasi positif yang saya lakukan sejak sekolah di pondok. Kebiasaan tersebut bermula dari nasehat guru yang membuat saya sadar dan lingkungan saya juga mendukung. Jika lupa, maka saya melakukannya saat di jalan dan biasanya di pagi pada hari itu juga.⁹⁹

Adapun AR selaku mahasiswa PAI, mengaku tidak memiliki kebiasaan rutin atau khusus untuk melatih rasa *qona'ah*. Sebagaimana penjelasannya:

Tidak ada kebiasaan rutin atau khusus yang saya lakukan untuk melatih rasa *qona'ah*. Bagi saya dengan sholat 5 waktu itu sudah cukup, mungkin saya biasa melihat orang yang kurang mampu atau orang yang keadaannya di bawah saya.

⁹⁷ Hasil wawancara NYA, Jum'at, 30 Januari 2026.

⁹⁸ Hasil wawancara NAA, Jum'at, 6 Februari 2026.

⁹⁹ Hasil wawancara Z, Selasa, 3 Februari 2026.

Kebiasaan tersebut muncul dari kesadaran pribadi, mungkin yang lebih utama yaitu dari orang tua yang mengajarkan atau menasehati saya sejak kecil jangan berlebihan dalam gaya hidup, baik berupa barang ataupun makanan. Saya pernah kembali berlebihan dalam makanan, tetapi tidak membuat saya menyesal karena hal itu kembali lagi pada kesenangan sendiri.¹⁰⁰

Hal serupa juga diungkapkan oleh FH, selaku mahasiswa PAI lainnya, yang menyatakan:

Tidak ada kebiasaan khusus yang saya lakukan untuk melatih sikap *qona'ah*, sikap tersebut muncul dengan sendirinya, namun saya membiasakan mengingat nasihat dan sikap orang tua yang tidak menunjukkan adanya perilaku konsumtif. Jadi, karena hal itu saya juga tidak akan melakukannya.¹⁰¹

Adapun, RS selaku mahasiswi PAI juga mengungkapkan bahwa ia tidak memiliki kebiasaan rutin, sebagaimana penjelasannya:

Ketika ingin membeli sesuatu, saya mengingatkan diri cukup dengan melihat orang-orang sekitar yang tidak berkecukupan, sedangkan diri sendiri lebih dari cukup. Hal itu yang membuat saya untuk lebih bersyukur dengan rezeki yang telah diberikan. Saya juga kadang mendapatkan nasehat yang berkaitan dengan rasa cukup dan syukur dari sosial media.¹⁰²

Berdasarkan hasil wawancara dari beberapa mahasiswa PAI di atas mengenai pembiasaan secara rutin dalam melatih rasa *qona'ah* dapat disimpulkan bahwa setiap informan memiliki cara yang beragam dalam melatih sikap *qona'ah*. Sebagian informan memiliki kebiasaan rutin yang terstruktur, seperti mengucapkan rasa syukur secara rutin (setelah sholat magrib atau saat bangun pagi waktu subuh), mendengarkan ceramah serta mengikuti pengajian sebagai pengingat.

Sementara itu, terdapat informan yang tidak memiliki kebiasaan rutin khusus, namun mengandalkan kesadaran spontan, pelaksanaan ibadah wajib, mengingat

¹⁰⁰ Hasil wawancara AR, Senin, 9 Februari 2026.

¹⁰¹ Hasil wawancara FH, Jum'at, 30 Januari 2026.

¹⁰² Hasil wawancara RS, Selasa, 3 Februari 2026.

orang yang kurang mampu, serta internalisasi nilai dari didikan orang tua atau guru tentang hidup sederhana.

c. Pembiasaan melalui Keteladanan

FH selaku mahasiswa PAI mengungkapkan bahwa keteladanan yang paling berpengaruh dalam membentuk sikap *qona'ah*nya berasal dari gurunya semasa di aliyah, menurut keterangannya:

Saya lebih banyak melihat keteladanan dari guru saya waktu di aliyah, kami selalu diajarkan dan diulang-ulang di setiap pidato beliau bahwa membeli sesuatu harus menyesuaikan dengan kebutuhan bukan sekedar keinginan, dan saya melihat dari sikap beliau yang membeli barang walaupun mahal tetapi sesuai dengan kebutuhannya. Jadi, nasihat yang disampaikan beliau sejalan dengan perilakunya. Sejak kecil saya juga dididik oleh orang tua untuk hidup sederhana. Kemudian saya mendapatkan pengalaman belajar di pondok "darussalam gontor" selama tiga tahun tentang kesederhanaan dan merasa cukup. Selain itu, saya juga menjalani pengabdian selama satu tahun di Gontor kampus 8, dimana saya turut mengajarkan murid-murid tentang kesederhanaan. Kesederhanaan tersebut kami (santri) pegang teguh dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun ada kesempatan dan keinginan untuk berperilaku konsumtif, saya tetap berpegang teguh pada ajaran orang tua dan guru saya.¹⁰³

Hal serupa juga diungkapkan oleh NAA, selaku mahasiswi PAI lainnya, yang menyatakan:

Saya meneladani salah satu guru saya pada waktu Madrasah Ibtidaiyah, saya melihat gaya hidup beliau sangat sederhana, kalau dilihat dari penghasilannya beliau orang yang sangat berkecukupan namun beliau cuman pakai motor biasa saja justru saya lihat guru lain yang selalu pakai motor baru, pernah disampaikan beliau kalau kita sudah punya satu buah motor kalau masih baik maka cukup pakai yang ada saja, kalau sudah tidak bisa dipakai lagi baru beli, jangan mentang-mentang banyak uang lalu membeli ini dan itu. Itulah yang mengajarkan saya untuk selalu bersyukur dan dapat mempengaruhi saya dalam berbelanja, dengan mengingat beliau saya jadi sadar untuk mengikuti gaya hidup beliau yang sederhana.¹⁰⁴

¹⁰³ Hasil wawancara FH, Jum'at, 30 Januari 2026.

¹⁰⁴ Hasil wawancara NAA, Jum'at, 6 Februari 2026.

Kemudian, NYA selaku mahasiswi PAI menjadikan ibunya sebagai figur teladan utama dalam membiasakan sikap *qona'ah*. NYA mengungkapkan:

Mama saya yang menjadi teladan saya, di saat situasi sulit mama saya selalu memberikan semangat ke saya dan mengajarkan agar tidak mengeluh dengan keadaan. Mama saya mengingatkan saya agar jangan terus merasa kurang walaupun situasi pada saat itu memang benar sedang kurang-kurangnya. Teladan tersebut sangat mempengaruhi saya, jika tidak karena mereka, maka saya bakal kehilangan arah atau tanpa adanya arahan guru saya, saya tidak tahu bagaimana diri saya di posisi sekarang ini.¹⁰⁵

Hal serupa juga diungkapkan oleh RS, selaku mahasiswi PAI lainnya, yang menyatakan:

Saya melihat gaya hidup orang tua saya yang membeli sesuatu hanya untuk kebutuhan. Misalnya, membeli alat dapur karena memang perlu, bukan membeli barang lain dan karena faktor ekonomi juga. Dari teman saya juga yang mengingatkan untuk membeli barang seperlunya saja dan mengingat perjuangan orang tua dalam mencari uang. Hal itu dapat mempengaruhi saya ketika ingin berbelanja, saya lebih mempertimbangkan apakah barang yang saya ingin beli itu dibutuhkan atau sekedar keinginan saja.¹⁰⁶

Selanjutnya, Z selaku mahasiswi PAI juga mengatakan pengalaman yang serupa, ia menyampaikan:

Saya melihat mama saya ketika ingin membeli barang sering dipertimbangkan terlebih dahulu, namun untuk makanan jarang mempertimbangkannya. Misalnya, ingin membeli sapu atau wadah makanan tetapi barang yang ada di rumah masih baik maka tidak jadi membelinya, kata mama saya hemat pangkal kaya.¹⁰⁷

Kemudian, AR selaku mahasiswa PAI juga mengatakan pengalamannya tentang keteladanan yang didapatkannya, sebagai berikut:

Bapak saya adalah panutan saya, beliau mengajarkan rasa cukup dan tidak hanya sekali saya melihatnya, beliau membeli sesuatu yang diperlukan saja dan sifatnya jangka panjang. Beliau tidak hanya menasehati dengan perkataan tetapi juga ditunjukkan dengan sikapnya dalam sehari-hari. Dengan melihat

¹⁰⁵ Hasil wawancara NYA, Jum'at, 30 Januari 2026.

¹⁰⁶ Hasil wawancara RS, Selasa, 3 Februari 2026.

¹⁰⁷ Hasil wawancara Z, Selasa, 3 Februari 2026

sikap beliau membuat saya juga tergerak melakukan hal yang sama, membeli barang yang diperlukan saja dan tidak mengikuti banyak orang.¹⁰⁸

Berdasarkan hasil wawancara dari beberapa mahasiswa PAI di atas, dapat disimpulkan bahwa figur teladan utama berasal dari lingkungan keluarga dan pendidikan. Di lingkungan keluarga, orang tua menjadi figur utama dalam membentuk sikap *qona'ah* melalui nasihat sekaligus perilaku nyata, seperti mengajarkan untuk tetap bersyukur, tidak mengeluh terhadap keadaan, serta membiasakan membeli barang berdasarkan prioritas kebutuhan. Di lingkungan pendidikan, guru juga mengajarkan nilai kesederhanaan melalui nasihat yang disampaikan secara berulang, sekaligus dibuktikan dengan perilaku nyata oleh gurunya yang tetap memilih hidup sederhana meskipun secara ekonomi tergolong berkecukupan.

d. Pembiasaan secara spontan

NYA selaku mahasiswi PAI menceritakan pengalamannya mengenai pembiasaan sikap *qona'ah* secara spontan, NYA menyampaikan:

Ketika saya tiba-tiba ingin membeli sesuatu, maka saya langsung teringat uangnya dulu. Walaupun uangnya cukup, saya tetap mengingat bahwa jika saya tetap membelinya maka nanti tidak ada lagi uang simpanan dan bakal minta lagi ke orang tua. Kadang saya juga langsung terucap 'Astaghfirullah mengapa beli ini'. Pikiran -pikiran itu muncul saat itu juga dan cukup efektif menahan saya. Justru itu yang menjadi pegangan saya untuk membeli sesuatu, apakah ini penting atau tidak untuk kedepannya, apakah uangnya cukup, jika membeli apakah akan bertahan dalam jangka panjang, bermanfaat atau malah sebaliknya, dan jika membelinya saya jadi sering minta uang ke mama.¹⁰⁹

¹⁰⁸ Hasil wawancara AR, Senin, 9 Februari 2026.

¹⁰⁹ Hasil wawancara NYA, Jum'at, 30 Januari 2026.

Pernyataan NYA memperlihatkan bahwa pengendalian spontan yang terjadi dalam dirinya otomatis muncul dalam bentuk pertimbangan keuangan, ucapan istighfar dan pertanyaan reflektif tentang kebutuhan ketika ingin membeli sesuatu.

RS yang juga merupakan mahasiswi PAI turut berbagi pengalamannya mengenai pembiasaan *qona'ah* secara spontan, ia menjelaskan bahwa:

Ketika ingin membeli sesuatu biasanya saya tiba-tiba teringat mama, karena biasanya ketika adik saya belanja tidak sesuai kebutuhan akan dinasehati bahwa lebih baik membeli yang dibutuhkan saja, sayang uangnya dan orang tua lelah bekerja. Karena itu, saya sadar diri dan saya memang jarang belanja berlebihan, lebih banyak mengutamakan kebutuhan. Dengan mengingat nasehat orang tua untuk menggunakan uang dengan sebaik-baiknya dapat membuat saya tidak terpikir lagi membeli barang yang tidak berguna.¹¹⁰

Berdasarkan pernyataan RS terlihat bahwa nasihat orang tua yang diterima sejak kecil telah menjadi suara hati yang muncul secara spontan ketika RS dihadapkan pada godaan berbelanja.

Selanjutnya, Z selaku mahasiswi PAI mengatakan pengalamannya mengenai pembiasaan *qona'ah* secara spontan, menurutnya:

Saya pernah ingin membeli sesuatu tapi dengan spontan saya mengatakan pada diri saya tidak jadi beli, lebih baik uangnya dipakai untuk yang lain, karena saya kurang perlu juga dan bisa saja belinya nanti. Saya juga bisa tiba-tiba teringat orang yang sulit mencari uang dan terkadang saya juga capek kerja tapi mengapa saya justru seandainya mengeluarkan uang. Terkadang saya mengucapkan 'Astaghfirullah lebih baik tidak perlu beli ini'. Dengan mengingat hal tersebut cukup efektif menahan saya untuk tidak jadi membeli. Namun, untuk makanan, jika saya sangat ingin tetap saya beli, kalau barang bisa saja nanti walaupun penting tapi tetap ada kepentingan lain yang lebih didahulukan.¹¹¹

¹¹⁰ Hasil wawancara RS, Selasa, 3 Februari 2026.

¹¹¹ Hasil wawancara Z, Selasa, 3 Februari 2026.

Kemudian, NAA selaku mahasiswi PAI mengungkapkan bahwa pengendalian spontan dalam dirinya lebih banyak dipengaruhi oleh kesadaran akan reaksi orang tuanya jika mengetahui pembelian tersebut. Ia menyampaikan:

Biasanya ketika ada godaan belanja, tiba-tiba saya teringat orang tua dirumah, mama saya selalu ingat barang baru yang ada dirumah, jadi ketika saya ingin membeli tas mahal yang harganya di atas seratus ribu saya langsung teringat dengan mama saya, jika saya membelinya bisa membuat mama saya menggerutu. Padahal jika bagi diri sendiri kalaunya mampu membelinya tidak masalah, namun bagi mama saya bisa menggerutu.¹¹²

Adapun FH selaku mahasiswa PAI juga mengatakan pengalamannya mengenai pembiasaan *qona'ah* secara spontan, menurutnya:

Ketika ingin membeli sesuatu saya langsung teringat nasihat orang tua yang tidak pernah mengajarkan saya belanja berlebihan, walaupun kaka dan abang saya melakukan sebaliknya tetapi saya tetap tidak ingin melakukannya. Karena orang tua saya tidak berperilaku konsumtif, jadi hal itu yang membuat saya tidak jadi membeli secara berlebihan.¹¹³

Kemudian, AR selaku mahasiswa PAI juga mengatakan pengalamannya, sebagai berikut:

Belum ada tindakan atau ucapan secara tiba tiba untuk menghentikan saya dalam berbelanja kecuali ekonomi, karena kadang saya cuma mengikuti isi hati dan jika uangnya cukup. Saya sering belanja dalam hal makanan cuma untuk diri sendiri, tidak terlalu berdampak pada diri saya. Jadi, hal itu yang membuat saya tidak perlu terlalu melarang diri untuk berbelanja.

Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan bahwa pembiasaan sikap *qona'ah* secara spontan pada informan muncul melalui kesadaran diri yang terjadi secara langsung ketika timbul keinginan untuk membeli sesuatu. Kesadaran tersebut umumnya berupa pertimbangan mengenai kondisi keuangan, manfaat barang, kebutuhan jangka panjang, dan reaksi dari orang tua. Namun, faktor ekonomi

¹¹² Hasil wawancara NAA, Jum'at, 6 Februari 2026.

¹¹³ Hasil wawancara AR, Senin, 9 Februari 2026.

menjadi pertimbangan utama dalam keputusan belanja dan keinginan pribadi masih lebih dominan, terutama dalam pembelian makanan.

Selain itu, muncul pula respons spontan berupa ucapan istigfar, mengingat nasihat orang tua, dan menyadari sulitnya mencari uang, sehingga kesadaran ini berfungsi sebagai pengendali dalam menahan perilaku konsumtif. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pembiasaan *qona'ah* secara spontan pada setiap mahasiswa berbeda-beda, tergantung pada kesadaran diri, pengalaman, serta nilai-nilai yang telah tertanam dalam kehidupan sehari-hari.

C. Analisis Data

Analisis dalam penelitian ini dilakukan dengan menginterpretasikan pernyataan informan serta mengaitkannya dengan teori-teori perilaku konsumen dan konsep *qona'ah* dalam Islam.

1. Aspek-aspek Perilaku Konsumtif yang Sering dilakukan Mahasiswa PAI UIN Antasari Banjarmasin

a. Pembelian Impulsif

Temuan penelitian mengungkapkan bahwa pembelian impulsif pada mahasiswa PAI UIN Antasari Banjarmasin berada dalam tingkat frekuensi dan bentuk yang beragam. Perilaku ini umumnya dipicu oleh daya tarik visual barang yang dilihat secara spontan tanpa adanya perencanaan sebelumnya. Adapun bentuk pembelian impulsif bervariasi, mulai dari barang sekunder seperti aksesoris dan pakaian, hingga kebutuhan primer seperti makanan dan minuman yang ditemui saat berada di perjalanan atau di luar rumah. Beberapa faktor utama yang mendorong terjadinya pembelian impulsif antara lain adalah ketertarikan terhadap tampilan

barang, persepsi terhadap harga yang relatif murah atau terjangkau, serta pengaruh kuat dari media sosial dan lingkungan sekitar yang mampu membangkitkan keinginan spontan untuk memiliki suatu produk.

Meskipun demikian, perilaku pembelian impulsif pada mahasiswa PAI dalam konteks penelitian ini masih menunjukkan adanya mekanisme pengendalian diri. Hal ini tercermin dari munculnya pertimbangan rasional sebelum mengambil keputusan membeli secara spontan, seperti memikirkan tingkat kebutuhan, manfaat barang, dan kesesuaian dengan kondisi keuangan. Dalam beberapa kasus, pembelian impulsif juga diikuti oleh perasaan menyesal pasca pembelian, terutama ketika barang yang dibeli ternyata tidak terlalu dibutuhkan atau jarang digunakan. Penyesalan ini menjadi indikator adanya kesadaran reflektif terhadap keputusan konsumsi yang telah diambil.

Dalam mengambil keputusan, sebelumnya ada proses keinginan sampai menuju tindakan. Proses ini berlangsung melalui tiga tahap. Pertama, motif, yaitu dorongan awal untuk membeli suatu barang karena adanya ketertarikan atau alasan dibalik sesuatu. Kedua, perjuangan motif, konflik batin antara dorongan membeli dengan pertimbangan rasional yang dimilikinya. Ketiga, keputusan, yaitu tindakan akhir setelah melalui proses pertimbangan tersebut, apakah memutuskan untuk membeli barang atau menahan diri.¹¹⁴ Ketika keputusan diambil lebih banyak dorongan emosional sesaat, maka hal tersebut menunjukkan adanya perilaku impulsif. Sebaliknya apabila mampu menunda atau membatalkan pembelian

¹¹⁴ Abu Ahmadi, *Psikologi Belajar*, Jakarta: Rineka Cipta, 2004, 40.

setelah pertimbangan kembali kebutuhannya, maka hal tersebut adanya kontrol diri dalam menghadapi dorongan konsumtif.

Dalam konteks ini, Han dkk, memodifikasi klasifikasi pembelian impulsif yang dikemukakan oleh Stern menjadi empat jenis. Pertama, impulsif murni, yaitu pembelian yang dilakukan secara spontan tanpa perencanaan dan muncul secara tiba-tiba setelah melihat produk, sehingga menimbulkan keinginan untuk segera memilikinya. Kedua, impulsif pemicu, yaitu pembelian yang terjadi ketika konsumen diingatkan akan kebutuhannya terhadap suatu produk setelah melihatnya di toko atau melalui media promosi. Ketiga, impulsif saran, yaitu pembelian yang dilakukan tanpa perencanaan akibat adanya pengaruh atau bujukan dari pihak lain, seperti penjual atau teman. Keempat, impulsif terencana, yaitu pembelian yang pada dasarnya telah direncanakan, tetapi produk atau merek yang dibeli dapat berubah karena adanya promosi, ketersediaan barang, atau pertimbangan lain di tempat pembelian.¹¹⁵

Ketika dianalisis menggunakan kerangka tipologi Han dkk, perilaku mahasiswa PAI menunjukkan adanya variasi bentuk pembelian impulsif. Dominasi terbesar mengarah pada pembelian impulsif murni, yang tercermin dari deskripsi informan mengenai pembelian makanan ringan atau aksesoris yang dilakukan secara spontan begitu melihat tampilan produk yang menarik tanpa adanya niat membeli sebelumnya. Selain itu, kuatnya pengaruh media sosial yang disebutkan

¹¹⁵ G. Muruganatham, A Review of Impulse Buying Behavior, *International Journal of Marketing Studies*, Vol. 5, No. 3, 2013, 150.

dalam wawancara mengindikasikan adanya kecenderungan terhadap pembelian impulsif berorientasi saran.

Dalam hal ini, keinginan membeli muncul tidak semata-mata karena produk, melainkan karena terekspos pada konten digital atau rekomendasi dari lingkungan pergaulan yang membentuk persepsi bahwa produk tersebut sedang tren atau layak dimiliki. Fenomena ini mengindikasikan bahwa perilaku konsumtif yang terjadi masih berada dalam batas kewajaran dan diiringi pertimbangan kebutuhan. Dengan demikian, mahasiswa PAI tetap memiliki kesadaran yang dapat berfungsi sebagai benteng untuk mencegah perilaku konsumtif berkembang secara berlebihan.

b. Pemborosan

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa PAI pernah melakukan pemborosan, yaitu membeli barang yang sebenarnya kurang dibutuhkan atau memiliki fungsi yang sama lebih dari satu. Namun, perilaku pemborosan tersebut tidak dilakukan secara terus-menerus. Pemborosan cenderung terjadi pada momen tertentu, misalnya saat mahasiswa berada dalam kondisi emosi positif seperti merasa senang atau terpesona terhadap suatu barang, maupun karena pengaruh faktor eksternal seperti melihat orang lain menggunakan barang tertentu atau kemudahan berbelanja secara online. Meskipun pada awalnya pembelian tersebut memberikan kepuasan sesaat, seringkali muncul perasaan menyesal setelahnya karena menyadari bahwa barang tersebut tidak benar-benar dibutuhkan atau uang tersebut seharusnya dapat dialokasikan untuk keperluan yang lebih penting.

Dalam perspektif Islam, kebiasaan membelanjakan harta untuk sesuatu yang tidak dibutuhkan dan secara berlebihan disebut sebagai *tabdzir* (mubazir). Imam

Syakani menjelaskan bahwa tabdzir merupakan perilaku seseorang yang membelanjakan hartanya secara berlebihan hingga dapat mempersulit dirinya sendiri.¹¹⁶ Larangan terhadap perilaku ini bahkan secara eksplisit dan tegas telah dinyatakan dalam Al-Qur'an sebagai pedoman umat Islam.

Allah Swt. berfirman dalam QS. Al-Furqan/25: 67 sebagai berikut:

وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا ﴿٦٧﴾

Para ulama telah memberikan penafsiran yang mendalam terhadap ayat ini. Dalam tafsir Ibnu Abbas, ayat ini menjelaskan bahwa orang-orang beriman tidak melampaui batas hingga terjerumus ke dalam kemaksiatan terhadap Allah, dan tidak pula bersikap kikir hingga enggan menunaikan hak-hak Allah.¹¹⁷ Yazid bin Abu Habib mengatakan, “mereka adalah para sahabat Rasulullah, yang tidak memakan makanan untuk mendapatkan kelezatan dan tidak pula memakai pakaian untuk keindahan, melainkan mereka makan untuk menghilangkan rasa lapar dan memperkuat diri untuk beribadah kepada Allah. Mereka tidak memakai pakaian kecuali untuk menutup aurat dan melindunginya dari panas dan hawa dingin.”¹¹⁸

Sementara itu, dalam tafsir Ibnu Katsir berpendapat bahwa mereka tidak boros dalam berinfaq, melainkan mengelolanya sesuai dengan kebutuhan, tidak menyia-nyiaakan hak keluarga, dan sebaik-baik perkara yaitu pertengahan, bukan berlebihan dan bukan pula kikir. Hasan al-Bashri berpendapat bahwa tidak ada istilah

¹¹⁶ Stanty Aufia Rachmat dkk, Analisis Rasionalitas Terhadap Perilaku Tabzir dalam Perspektif Ekonomi Islam, *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, Volume 6 Nomor 4, 2023, 911.

¹¹⁷ Ali bin Abi Thalhah, *Tafsir Ibnu Abbas*, terj. Muhyiddin Mas Rida dkk, Jakarta: Pustaka Azzam, 2021, 588.

¹¹⁸ Syaikh Al-Qurthubi, *Tafsir Al-Qurthubi*, terj. Muhyiddin Mas Rida, Jakarta: Pustaka Azzam, 2009, 179.

berlebihan dalam berinfaq untuk agama Allah. Iyas bin Mu'awiyah menyatakan, berlebihan dalam hal infaq dibolehkan untuk melaksanakan perintah Allah. Ulama lain mengatakan istilah berlebihan dalam mengeluarkan harta apabila dilakukan untuk bermaksiat kepada Allah.¹¹⁹ An-Nuhas berpendapat bahwa makna yang paling baik adalah siapa yang menginfakkan hartanya bukan untuk taat kepada Allah, maka ia termasuk orang yang berlebihan, dan siapa yang enggan menginfakkan hartanya dengan tujuan menambah ketaatan kepada Allah, maka ia termasuk orang kikir. Dan siapa yang menginfakkan hartanya agar lebih taat kepada Allah, maka ia termasuk orang yang mengambil jalan tengah diantara keduanya.¹²⁰

Tabdzir tidak hanya dipahami dari banyaknya jumlah harta yang dikeluarkan, tetapi juga membelanjakan harta dengan cara yang salah. Sebaliknya, mengeluarkan harta baik sedikit maupun seluruh yang dimiliki, selama dilakukan dengan cara yang benar dan sesuai proporsi tidak berlebihan, dan sesuai kebutuhan maka tidak tergolong sebagai tabdzir.¹²¹ Islam menghendaki keseimbangan dalam pengelolaan harta, yakni tidak bersikap boros namun juga tidak kikir. Seorang muslim yang ideal adalah mereka yang mampu menempatkan dirinya pada posisi tengah, yang berarti proporsional dan tidak melampaui batas kewajaran dalam setiap pengeluaran. Prinsip keseimbangan ini tidak hanya berlaku dalam konteks pengelolaan keuangan semata, namun juga meliputi berbagai aspek kehidupan

¹¹⁹ Abu Fida' Ismail bin Ibnu Katsir, *Tafsir Ibnu Katsir*, jilid 6, terj. M. Abdul Ghoffar, Jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2008, 474.

¹²⁰ Syaikh Al-Qurthubi, *Tafsir Al-Qurthubi*..., 177.

¹²¹ Kurniadi, dkk. Perilaku Hedonis dalam Al-Qur'an Studi atas Term al-Israf Q.S Al- A'raf ayat 31, *Al- Mustla: Jurnal Ilmu-ilmu Keislaman dan Kemasyarakatan* , Vol 5 no 2, 2023, 430.

termasuk dalam hal makan, minum, dan penampilan. Oleh karena itu, perbuatan tabdzir dianggap sebagai perilaku yang jelas dilarang dalam agama Islam karena akan merugikan diri sendiri bahkan orang di sekitarnya.

Meskipun demikian, apabila dikaitkan kembali dengan temuan di lapangan, perilaku pemborosan yang terjadi pada mahasiswa PAI tidak sepenuhnya mencerminkan tabdzir dalam pengertian yang ekstrem. Temuan penelitian juga mengungkapkan adanya mekanisme kontrol diri yang berusaha diterapkan oleh mahasiswa. Mereka tidak sepenuhnya larut dalam perilaku boros, tetapi tetap berusaha menyesuaikan pengeluaran dengan kebutuhan.

Upaya pengendalian diri ini diantaranya diwujudkan dengan mempertimbangkan fungsi barang sebelum membeli, memastikan tidak membeli barang dengan warna atau model yang sudah dimiliki, serta mengoptimalkan penggunaan barang yang ada dengan cara merawat dan menggunakannya secara bergantian. Dalam konteks pembelian makanan, mereka berusaha menahan diri ketika sudah kenyang. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku pemborosan pada mahasiswa PAI cenderung tidak bersifat ekstrem, karena masih disertai dengan pertimbangan rasional dan kesadaran untuk mengutamakan kebutuhan.

c. Mencari Kesenangan

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa aktivitas berbelanja mahasiswa PAI tidak selalu didorong oleh pemenuhan kebutuhan semata, tetapi juga bertujuan untuk memperoleh kesenangan atau sebagai bentuk penghargaan terhadap diri sendiri (*self reward*). Perilaku ini umumnya muncul pada momen-momen tertentu yang dianggap bermakna, seperti saat menerima gaji pertama dari pekerjaan baru,

atau sebagai bentuk apresiasi atas kerja keras setelah menyelesaikan suatu aktivitas yang melelahkan. Adapun bentuk *self reward* yang dipilih sangat beragam, mulai dari makanan maupun barang seperti membeli eskrim, buku, parfum, hingga alat olahraga. Hal ini menunjukkan bahwa kesenangan yang dicari lebih disesuaikan dengan minat, kebutuhan pribadi, dan kebermanfaatan jangka panjang barang.

Hal ini sejalan dengan pernyataan bahwa emosi memiliki pengaruh kuat terhadap perilaku konsumen, termasuk dalam keputusan pembelian impulsif. Kondisi emosi positif mendorong konsumen mengambil keputusan secara cepat tanpa pertimbangan kompleks, berbeda dengan konsumen yang berada dalam emosi negatif, konsumen lebih cenderung berhati-hati dalam memutuskan untuk membeli. Emosi positif memicu perasaan bebas tanpa batas untuk memanjakan atau menghargai diri sendiri dengan energi tinggi, sehingga meningkatkan kecenderungan pembelian impulsif.¹²²

Dalam penelitian ini, mahasiswa PAI tidak selalu belanja secara berlebihan untuk mencari kesenangan, melainkan terdapat juga beberapa mahasiswa yang tetap mempertimbangkan kondisi keuangan serta manfaat dari barang yang dibeli. Dengan demikian, perilaku mencari kesenangan melalui aktivitas berbelanja pada sebagian mahasiswa PAI masih berada dalam batas yang wajar dan terkontrol, mereka tetap membeli untuk meraih kesenangan, namun dilandasi oleh pertimbangan rasional dan perencanaan.

¹²² Nuri Purwanto, *Dinamika Fashion Oriented Impulse Buying*, Malang: Literasi Nusantara, 2021, 6.

2. Pembiasaan Sikap *Qona'ah* dalam Mengatasi Perilaku Konsumtif pada Mahasiswa PAI UIN Antasari Banjarmasin

a. Pemahaman Mahasiswa tentang *Qona'ah*

Mahasiswa PAI memahami *Qona'ah* secara umum sebagai sikap merasa cukup, bersyukur, dan mengutamakan kebutuhan di atas keinginan dalam setiap keputusan konsumsi. Pemahaman ini sejalan dengan pengertian *qona'ah* yaitu sikap ridha dalam menerima dan merasa cukup atas rezeki yang dianugerahkan dari Allah Swt. *qona'ah* menjadikan seseorang merasa puas atas rezeki yang sudah dimiliki.¹²³ Sebagian mahasiswa memahaminya secara sederhana namun langsung pada intinya, yaitu merasa cukup dengan apa yang dimiliki dan tidak membeli sesuatu selama barang yang ada masih dapat digunakan dengan baik. Terdapat pula mahasiswa yang memiliki pemahaman bahwa *qona'ah* bukan berarti menahan semua keinginan melainkan membeli sesuatu yang sejalan antara keinginan dan kebutuhan. Selain itu, ditemukan pula mahasiswa yang memahami *qona'ah* secara kontekstual dengan menekankan bahwa rasa cukup setiap orang berbeda-beda tergantung keperluannya masing-masing, sehingga *qona'ah* dalam pandangan mereka bersifat proposional dan tidak kaku.

Adapun pemahaman tersebut diperoleh mulai dari pendidikan formal melalui pengalaman belajar di sekolah maupun di perkuliahan, lingkungan keluarga dan pertemanan hingga nasihat orang tua serta majelis ilmu. Pemahaman yang telah dimiliki mahasiswa PAI tentang *qona'ah* ini menjadi fondasi penting sebelum nilai tersebut dapat dibiasakan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga pemahaman yang

¹²³ Shalahuddin, *qona'ah dalam Perspektif Islam*...,54.

baik tentang *qona'ah* menjadi prasyarat utama bagi terbentuknya pembiasaan sikap *qona'ah* yang akan dibahas pada sub-bagian berikutnya.

b. Pembiasaan secara Rutin

Pembiasaan sikap *qona'ah* pada mahasiswa PAI diwujudkan melalui berbagai bentuk kebiasaan rutin yang dijalankan dengan penuh kesadaran dalam keseharian. Kebiasaan tersebut beragam, antara lain mendengarkan ceramah dan mengikuti pengajian, membiasakan diri untuk bersyukur, serta menjalankan ibadah secara konsisten. Keberagaman ini menunjukkan bahwa internalisasi nilai *qona'ah* dapat dilakukan melalui berbagai cara, selama dilakukan secara konsisten dan didasari oleh kesadaran pribadi. Mendengarkan ceramah dan mengikuti pengajian menjadi salah satu sarana untuk mengingatkan diri agar tidak terjebak dalam perilaku konsumtif. Nasihat dari para guru atau tokoh agama yang didengar secara rutin mampu menumbuhkan kesadaran spiritual yang mendorong seseorang untuk hidup lebih sederhana dan tidak berlebihan dalam menggunakan harta.

Selain itu, beberapa mahasiswa membiasakan diri untuk mengucapkan rasa syukur secara rutin, misalnya setiap selesai sholat magrib atau ketika bangun tidur waktu subuh, sebuah kebiasaan yang telah tertanam sejak masa sekolah. Kebiasaan bersyukur ini tidak hanya sebatas ucapan, tetapi juga diwujudkan melalui sikap rela dan cukup atas rezeki yang telah diberikan. Akan tetapi, ditemukan pula mahasiswa yang tidak memiliki kebiasaan rutin khusus, namun merasa bahwa pelaksanaan sholat lima waktu dan kesadaran untuk mengamati kondisi orang yang kurang mampu sudah cukup menjadi pengingat untuk tidak hidup berlebihan. Peran

lingkungan keluarga, terutama didikan orang tua sejak kecil tentang hidup sederhana, juga turut memperkuat pembentukan karakter ini.

Menurut para ahli, kebiasaan terbentuk karena otak secara alami selalu berupaya mencari cara yang lebih efisien untuk menghemat energi dan usaha. Ketika suatu aktivitas dilakukan secara berulang, otak cenderung mengubahnya menjadi kebiasaan agar tidak perlu terus-menerus memproses atau memikirkan tindakan tersebut secara sadar. Kondisi ini memberikan keuntungan karena memungkinkan seseorang menjalankan aktivitas rutin dengan lebih mudah dan efisien. Dengan demikian, energi mental yang sebelumnya digunakan untuk memikirkan tindakan-tindakan dasar dapat dialihkan pada aktivitas lain yang lebih kompleks dan produktif.¹²⁴

Menurut Thomas Lickona dalam karyanya *Educating for Character*, pembentukan karakter tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan melalui proses yang berkesinambungan antara pemahaman nilai moral dan pengalaman nyata dalam kehidupan sosial.¹²⁵ Hal ini sejalan dengan temuan penelitian, di mana para informan menunjukkan bahwa sikap *qona'ah* tidak muncul secara instan, tetapi terbentuk melalui pengalaman mereka dalam mengulang kebiasaan-kebiasaan positif secara rutin, seperti membiasakan diri bersyukur dan mengikuti kegiatan keagamaan, sehingga nilai tersebut perlahan tertanam dan menjadi bagian dari perilaku sehari-hari.

¹²⁴ Charles Duhigg, *The Power of Habit*, Jakarta: Keperpustakaan Populer Gramedia, 2013, 17.

¹²⁵ Zulkifli Sumantri, dkk. Integrasi Teori Lickona dan Kolb dalam Pembentukan Karakter Dermawan Melalui Program Sedekah Harian: Studi Literatur, *Jurnal LOCUS: Penelitian & Pengabdian*, volume 4 No. 10, 2025, 1008.

c. Pembiasaan melalui Keteladanan

Figur teladan utama bagi mahasiswa PAI berasal dari keluarga dan lingkungan pendidikan. Nilai *qona'ah* pertama kali ditanamkan dalam keluarga melalui nasihat dan contoh nyata orang tua yang mengajarkan hidup sederhana, tidak berlebihan, serta bijak menggunakan uang dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian lingkungan pendidikan, seperti sekolah atau pondok pesantren, juga berperan penting dalam memperkuat nilai-nilai yang telah ditanamkan di rumah. Pengalaman belajar di lembaga pendidikan yang mengajarkan dan mempraktikkan nilai kesederhanaan membuat nilai tersebut lebih mudah dipahami dan diinternalisasikan oleh mahasiswa PAI.

Hal ini sejalan dengan teori belajar sosial Albert Bandura yang dikenal dengan istilah *modelling* (peniruan), kepribadian seseorang berkembang melalui pengamatan, yaitu ketika individu belajar dengan cara mengamati perilaku orang lain, terutama mereka yang dianggap memiliki keunggulan atau nilai lebih dibandingkan yang lain.¹²⁶ Menurut Bandura, ketika seseorang mengamati perilaku orang lain, ia tidak hanya melihat tindakan yang dilakukan, tetapi juga memperoleh berbagai hal seperti pengetahuan, aturan, keterampilan, keyakinan, dan sikap yang terkait dengan perilaku tersebut. Proses *modelling* ini memiliki peran yang sangat penting dalam pembentukan perilaku. Misalnya, anak-anak seringkali belajar melalui observasi dengan mengamati dan meniru perilaku orang-orang di sekitarnya, seperti orang tua, guru, atau teman sebaya.¹²⁷

¹²⁶ Ansani, H. Muhammad Samsir, Bandura's Modelling Theory, *Jurnal Multidisiplin Madani*, vol. 2, No. 7, 2022, 3075.

¹²⁷ Ega Putri Handayani, dkk. Modeling dalam Teori Belajar Sosial dan Keteladanan Rasulullah. *Intelek Insan Cendikia*, Vol. 1. No. 10, 2024, 7952.

Menurut Albert Bandura, belajar melalui observasi atau *modelling* terjadi melalui empat proses. Pertama, proses atensional, yaitu ketertarikan individu untuk memperhatikan model yang dipengaruhi oleh frekuensi kemunculan dan karakteristik model yang menarik. Kedua, proses retensi, yaitu penyimpanan perilaku model ke dalam ingatan melalui kode verbal (kata-kata) maupun kode imajinal (gambaran gerak). Ketiga, proses reproduksi, yaitu upaya individu meniru perilaku model yang pada awalnya masih kasar, tetapi menjadi semakin sempurna melalui latihan dan pengulangan yang intensif. Keempat, proses motivasional dan penguatan, yaitu dorongan bagi individu untuk menampilkan perilaku yang telah diamatinya.¹²⁸

Proses ini menjadi sangat signifikan ketika dikaitkan dengan keteladanan yang diterima mahasiswa PAI dari orang tua dan guru di lingkungannya. Keteladanan yang didapatkan mahasiswa PAI dari orang tua dan guru tidak hanya sebatas pengajaran nilai kesederhanaan secara lisan, tetapi juga melalui praktik nyata dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks ini, mahasiswa PAI memberikan perhatian terhadap perilaku sederhana yang ditampilkan orang tua dan guru, nilai tersebut tersimpan dalam memori mereka, kemudian ketika dihadapkan pada situasi konsumtif, mereka mereproduksi perilaku sederhana tersebut, dan hal ini didorong oleh motivasi untuk menjadi pribadi yang qana'ah sesuai ajaran Islam.

d. Pembiasaan secara Spontan

Sikap *qona'ah* pada mahasiswa PAI juga terwujud dalam bentuk pembiasaan spontan, yaitu kemampuan menahan diri secara langsung ketika muncul keinginan

¹²⁸ Alex Sobur, *Psikologi Umum*, Bandung: Pustaka setia, cet. 6, 2016, 381.

untuk membeli sesuatu. Pembiasaan spontan ini tampak ketika mahasiswa PAI mampu mengendalikan diri secara langsung saat muncul dorongan untuk melakukan perilaku konsumtif. Dalam situasi tersebut, mahasiswa PAI tidak memerlukan waktu lama untuk berpikir, melainkan secara otomatis melakukan pertimbangan terhadap kebutuhan, fungsi barang, serta kondisi keuangan sebelum mengambil keputusan. Bahkan, beberapa informan mengungkapkan bahwa mereka secara refleks mengingat nasihat orang tua atau guru, serta mengucapkan istighfar sebagai bentuk pengendalian diri ketika muncul keinginan membeli barang yang kurang diperlukan. Fenomena ini menunjukkan bahwa nilai *qona'ah* tidak lagi berada pada tataran kognitif semata, melainkan telah menjadi bagian dari sistem kontrol diri yang bekerja secara otomatis. Nasihat orang tua dan guru yang sebelumnya bersifat eksternal telah berubah menjadi suara hati yang muncul secara spontan dalam situasi tertentu.

Proses pertimbangan rasional yang muncul secara cepat dapat dijelaskan melalui teori dual-process dari Kahneman. Dalam teori ini, terdapat dua sistem berpikir, yaitu sistem cepat (otomatis) dan sistem lambat (reflektif). Kahneman menjelaskan bahwa latihan dan pengulangan dapat mengubah aktivitas yang seharusnya membutuhkan proses berpikir reflektif justru dapat dilakukan secara cepat dan spontan. Dalam konteks penelitian ini, kebiasaan mempertimbangkan prioritas kebutuhan dan mengingat nasihat orang tua telah dilakukan secara berulang, sehingga akhirnya menjadi pola respons yang cepat dan otomatis.¹²⁹

¹²⁹ Daniel Kahneman, *Thinking, Fast and Slow*, Newyork: Farrar, Straus and Giroux, 2011, 22.

Dengan demikian, Kemampuan informan dalam menahan dorongan konsumtif secara spontan merupakan hasil dari perpaduan antara pembiasaan, keteladanan, serta penguatan nilai-nilai agama yang dilakukan secara konsisten.