ABSTRAK

Fatihatur Rizqita Kanandra (1221040039) Hubungan *Mujahadah An Nafs* Dengan Gangguan Tidur Pada Pemain *Mobile Legends* Anggota Komunitas Whatsapp "Tongkrongan Mole" 2026.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya intensitas bermain game online, khususnya *Mobile Legends*: Bang Bang, di kalangan anggota komunitas WhatsApp "Tongkrongan MOLE" yang diduga berkaitan erat dengan gangguan tidur, serta pentingnya kemampuan Mujahadah An-Nafs sebagai bentuk pengendalian diri yang secara teoretis berasosiasi negatif dengan kecenderungan perilaku bermain berlebihan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat *Mujahadah An-Nafs*, tingkat Gangguan Tidur, serta hubungan antara *Mujahadah An-Nafs* dengan Gangguan Tidur pada pemain game *Mobile Legends*: *Bang Bang* anggota komunitas WhatsApp "Tongkrongan MOLE".

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian berjumlah 349 orang, dengan sampel sebanyak 78 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dan teknik simple random sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner daring menggunakan skala *Mujahadah An-Nafs* yang disusun sendiri oleh peneliti (15 item valid, Cronbach's Alpha = 0,923) dan instrumen *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk mengukur Gangguan Tidur (Cronbach's Alpha = 0,828). Data dianalisis menggunakan uji korelasi *Spearman's rho* karena data tidak berdistribusi normal.

Hasil penelitian menunjukkan tingkat *Mujahadah An-Nafs* responden secara umum berada pada kategori sedang (59,0%), sedangkan tingkat Gangguan Tidur responden secara umum tergolong buruk (60,3%). Adapun uji korelasi menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara *Mujahadah An-Nafs* dengan Gangguan Tidur (rho = -0,709; Sig. = 0,000 < 0,05), dengan arah hubungan negatif dan kekuatan hubungan yang tergolong kuat. Dengan demikian, semakin tinggi kesungguhan *Mujahadah An-Nafs* pemain game *Mobile Legends*: Bang Bang, semakin rendah tingkat Gangguan Tidur yang dialaminya, dan sebaliknya.

Kata kunci: *Mujahadah An-Nafs*, Gangguan Tidur, PSQI, *Mobile Legends*