

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Mahasiswa menurut Sarwono ialah seorang peserta didik yang berusia 18 sampai 30 tahun yang terdaftar dan menjalani pendidikannya di perguruan tinggi baik dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institute dan universitas¹. Mahasiswa termasuk dalam transisi dari remaja ke dewasa. Pada masa ini para mahasiswa menghadapi masalah di dewasa awal yakni *Quarter-Life Crisis* dimana mereka mencari arti kehidupan dari kedewasaan.² Sebagai mahasiswa yang sedang dalam fase remaja menuju dewasa. Mahasiswa dituntut untuk memenuhi tugas dan kewajibannya. Tugas dan kewajiban seorang mahasiswa diantara lain; belajar sesuai dengan mata kuliah yang diambil, membuat tugas, membuat makalah, presentasi, diskusi, hadir dalam seminar dan kegiatan kampus lainnya.

Setelah menempuh kuliah selama kurang lebih 3-5 tahun sesuai gelar dan lulus dalam setiap mata kuliah. Ada satu tugas akhir yang harus dipenuhi untuk dapat dinyatakan lulus yakni menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi. Dalam proses pengerjaan banyak mahasiswa yang mengalami kendala, baik dalam pengerjaan, dosen, maupun mahasiswa itu sendiri.

¹ Sarwono, S. W. *Psikologi Remaja*. (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.2003)

² Fina Hidayati, Firdaus Muttaqien, “*Hubungan Self Efficacy Dengan Quarter-Life*” *Psikoislamedia* : Jurnal Psikologi, No. 5 (2020), 75-84.

Mahasiswa yang telah menyelesaikan skripsi sesuai dengan ketentuan universitas harus melaksanakan munaqosah atau sidang untuk mempresentasikan skripsi yang dibuat kepada penguji dan audiens. Apabila penguji telah menyatakan mahasiswa tersebut lulus, maka setelah mengurus administrasi maka dapat dilakukannya wisuda sesuai dengan ketentuan universitas. Setelah itu mahasiswa dapat dinyatakan lulus dan mendapatkan ijazah yang diharapkan untuk melamar pekerjaan sesuai dengan program studi yang diambilnya atau bahkan tidak sesuai.

Manusia pada umumnya mengalami pertumbuhan dan perkembangan sesuai pada usia. Dalam hal ini, manusia juga mengalami fase-fase yaitu anak-anak, remaja, dan dewasa. Dimulai dari anak-anak yang memiliki intuisi terhadap gerakan. Selanjutnya, fase remaja merupakan fase yang dianggap penting dimana mereka akan belajar dan mendapat berbagai macam pengalaman yang menantang dan menarik guna bekal masa depan. Akan tetapi fase remaja juga merupakan fase yang mengancam yakni bagi remaja yang gagal melewati dan justru terjerumus pada lubang hitam yang sering disebut dengan kenakalan remaja, selanjutnya yaitu fase dewasa dengan kata lain manusia menginjak masa dimana mampu untuk bernegosiasi dengan kehidupan-kehidupan yang berdinamika.³

Fase dewasa akan tercapai secara maksimal menurut manusia itu sendiri ketika *Quarter-Life Crisis* pada fase remaja mampu dilewati dengan

³ Yunita Dwi Krisphianti, "Peran Komponen Program Bimbingan Konseling (Layanan yang Ditawarkan untuk membantu Problematika Remaja)" Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling 1, No. 1 (2017) : 19-27.

benar. Dengan kata lain *Quarter-Life Crisis* masih menjadi momok yang menakutkan bagi manusia remaja menuju dewasa. Fase ini juga bisa dikatakan fase dewasa awal, dewasa awal merupakan masa transisi dari remaja ke dewasa.

Quarter-Life Crisis tersebut dipengaruhi dari berbagai macam masalah, yaitu antara lain masalah ekonomi, karir, cinta, dan lingkungan yang tidak mendukung. Dalam hal ini Mahasiswa yang fresh graduate-pun mengalami fase tersebut. Menurut Hayati, individu mahasiswa yang cemas akan kondisi masa depannya meragukan atas kapabilitas dirinya, sukar berkomunikasi, mengkhawatirkan kondisi finansial dan pikiran negative lainnya.⁴

Problematika tersebut biasanya menjadi acuan dewasa muda atau fresh graduate untuk memiliki harapan tinggi, baik dari karir atau ekonomi, ataupun tekanan-tekanan dari lingkungan itu sendiri. *Quarter-Life Crisis* mempunyai daya Tarik tersendiri terhadap fresh graduate atas kebimbangan. Namun, mereka juga punya nalar untuk memenuhi kebutuhan mental atau bisa dikatakan motivasi diri di era millennial.

Upaya dalam menghadapi *Quarter-Life Crisis* sendiri seperti berusaha memotivasi diri, berdamai dengan keadaan, mencari kesenangan lain untuk melupakan masalah hingga mendiskusikan permasalahan dengan keluarga atau lingkungan sekitar.⁵ Seperti halnya *self efficacy* yang

⁴ Ayat Hayati, "Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual dengan *Quarter-Life Crisis*" UIN Sunan Gunung Djati (2019)

⁵ Meilia Ayu Puspita Sari, Wiwien Dinar Prastiti, "*Quarter-Life Crisis pada Kaum Millennial*" Universitas Muhammadiyah Surakarta (2021)

berhubungan dengan *Quarter-Life Crisis*. *Self efficacy* sendiri mengetahui tentang kepercayaan diri mahasiswa *fresh graduate* dalam menghadapi masalah didewasa awal.⁶

Mahasiswa yang memanfaatkan dan mengoptimalkan kemampuannya dengan baik mampu menghadapi berbagai persoalan hidup, mampu memanfaatkan rasa sakitnya, berdamai dengan masa lalu dan melihat masa depan dengan penuh harapan dan semangat. Sehingga memberikan dampak pada dirinya dan bisa mengatasi berbagai persoalan yang terjadi pada dirinya. Berdasarkan uraian di atas yang menjadikan peneliti tertarik untuk melirik dan tertarik untuk meneliti tentang “*Quarter-Life Crisis Mahasiswa Fresh Graduate 2022 di Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri*”.

B. Fokus penelitian

Maka dari berbagai ulasan diatas, penulis tertarik meneliti dengan rumusan masalah :

1. Bagaimana gambaran *Quarter-Life Crisis* Mahasiswa Fresh Graduate 2022 di Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri?
2. Apa saja Faktor *Quarter-Life Crisis* Mahasiswa Fresh Graduate 2022 di Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri?

⁶ Ibid, 75-84.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui terkait gambaran *Quarter-Life Crisis* yang terjadi pada Mahasiswa Fresh Graduate di Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri
2. Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi *Quarter-Life Crisis* Mahasiswa Fresh Graduate di Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri

D. Manfaat Penelitian

Suatu penelitian dilakukan diharapkan dapat berguna bagi pembaca khususnya, oleh karenanya pada penelitian kali ini terdapat dua kegunaan penelitian antaranya :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pemikiran atau menambah wawasan pengembangan keilmuan pada bidang psikologi, khususnya berkaitan dengan krisis perkembangan paruh baya (*Quarter-Life Crisis*) di usia *emerging adulthood* yang begitu lazim dialami mahasiswa baru menyelesaikan studinya serta hasil dari penelitian ini harapannya dapat menjadi sumber referensi tambahan bagi penelitian yang akan datang, untuk menggali fenomena quarter life crisis

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Secara praktis dalam penelitian ini bermanfaat sebagai bahan rujukan dalam penelitian yang membahas tema yang sama. Juga sebagai masukan, sumbangan ide pemikiran, dan bahan pertimbangan terkait

dengan gambaran periode krisis perkembangan paruh baya yang sering kali mendera pada mahasiswa tingkat akhir.

b. Bagi Peneliti

Manfaat penelitian ini mampu memberikan sebuah wawasan penelitian dan juga memberikan pengalaman yang berharga untuk melatih sebuah kemampuan suatu peneliti untuk melakukan penelitian selanjutnya.

E. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian yang dilakukan oleh Habibie, Syakorofath, dan Anwar yang berjudul Peran Religiusitas terhadap *Quarter-Life Crisis (QLC)* pada Mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran religiusitas terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa. Hipotesis yang diajukan adalah religiusitas berperan terhadap *quarter-life crisis* mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif survei. Partisipan pada penelitian ini adalah 219 mahasiswa (95 laki-laki dan 124 perempuan) perguruan tinggi dari berbagai program studi yang ada di Indonesia usia 18-25 tahun. Instrumen yang digunakan adalah *Abrahamic religiosity scale* dan *Quarter-life crisis scale*. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan uji regresi linier sederhana, hasilnya hipotesis diterima ($p=0,006$; $r =0,034$). Artinya religiusitas berperan secara signifikan terhadap *quarter-life crisis* pada mahasiswa. Religiusitas dianggap aspek penting yang memengaruhi mahasiswa didalam menghadapi masa-masa seperempat abad yang penuh dengan

berbagai tantangan untuk dihadapi⁷. Persamaan dari penelitian ini adalah penelitian mengenai *Quarter-life Crisis* dan objek penelitian yaitu mahasiswa. Perbedaan dari penelitian ini adalah tujuan penelitian, variabel yang digunakan dan metode penelitian.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Irma Rosalinda dengan judul pengaruh harga diri terhadap preferensi pemilihan pasangan hidup pada wanita dewasa awal yang mengalami *Quarter-Life Crisis*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh harga diri terhadap preferensi pemilihan pasangan hidup pada wanita dewasa awal yang mengalami *Quarter-Life Crisis*. Objek penelitian berjumlah 137 wanita dewasa umur 25 sampai 29 tahun, bekerja di Jakarta, single (belum punya pasangan), dan mengalami *Quarter-Life Crisis*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Pengukuran harga diri menggunakan instrumen yang diadopsi dari Azwar, sedangkan untuk pengukuran pemilihan pasangan menggunakan instrumen yang diadaptasi dari Townsend dan untuk menyaring subjek yang mengalami *Quarter-Life Crisis* menggunakan instrumen yang diadopsi dari Agustin. Hasilnya menunjukkan adanya pengaruh antara harga diri terhadap preferensi pemilihan pasangan pada wanita dewasa awal yang mengalami *Quarter-Life Crisis*⁸. Persamaan dari penelitian ini adalah penelitian mengenai *Quarter-life Crisis*. Perbedaan dari penelitian ini adalah tujuan

⁷ Habibie, A., Syakorofath, N.A., Anwar, Z. Peran Religiusitas terhadap Quarter-life Crisis (QLC) pada Mahasiswa. 5(2). 2019

⁸ Timothy Michael. Pengaruh harga diri terhadap preferensi pemilihan pasangan hidup pada wanita dewasa awal yang mengalami Quarter-life Crisis. 8(1). 2019

penelitian, objek penelitian, variabel yang digunakan dan metode penelitian

3. Penelitian yang dilakukan oleh Artiningsih dan Savira dengan judul Hubungan *Loneliness* Dan *Quarter-Life Crisis* Pada Dewasa Awal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui loneliness dan quarter life crisis pada dewasa awal serta menguji hubungan antar keduanya. Kriteria yang ditetapkan yaitu berusia 20-29 tahun, tinggal di Surabaya, dan bersedia menjadi subjek penelitian. Teknik sampling yang digunakan yaitu insidental sampling dengan menyebarkan kuesioner secara online hingga diperoleh subjek sebanyak 330 dewasa awal. Alat ukur yang digunakan yaitu adaptasi *Social and Emotional Loneliness Scale for Adults* (SELSA) dan skala yang disusun peneliti berdasarkan aspek *quarter life crisis* menurut Robbins dan Wilner. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang bersifat positif antara *loneliness* dengan *quarter life crisis* ($r=0,571$). Semakin tinggi skor loneliness maka semakin tinggi pula *quarter life crisis* yang dialami seseorang, begitu pun sebaliknya⁹. Persamaan dari penelitian ini adalah penelitian mengenai Quarter-life Crisis. Perbedaan dari penelitian ini adalah tujuan penelitian, objek penelitian, variabel yang digunakan dan metode penelitian.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Azizah dan Munir yang berjudul *Quarter Life Crisis* di Masa Pandemi pada Mahasiswa Akhir Iain Ponorogo.

⁹ Artiningsih, R.A., Savira, S.I. Hubungan Loneliness dan Quarter-life Crisis pada Dewasa Awal. 8(5). 2021

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *Quarter Life Crisis* di Masa Pandemi pada Mahasiswa Akhir Iain Ponorogo. Peneliti menggunakan penelitian kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara dan dokumentasi. Peneliti melakukan penelitian pada mahasiswa BPI angkatan 2018 berjumlah lima orang, yaitu dua laki-laki dan tiga perempuan. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan sementara (*conclusion*). Dari analisis data yang ditemukan: faktor-faktor yang mempengaruhi *quarter life crisis* terbagi menjadi 2, faktor internal dan eksternal: Faktor internal meliputi: emosi dan afeksi, pengalaman pribadi, moral, dan kapasitas intelektual, faktor eksternal meliputi: keluarga, pertemanan, percintaan, lingkungan, dan faktor finansial. Dalam upaya mengatasi *quarter life crisis* mahasiswa BPI angkatan 2018 adalah sebagai berikut: 1) Mendekatkan diri kepada sang pencipta, 2) *Quality time* 3) Melakukan kegiatan positif 4) Mencintai diri sendiri. 5) Memotivasi dan mengapresiasi diri sendiri (*self reward*)¹⁰. Persamaan dari penelitian ini adalah penelitian mengenai *Quarter-life Crisis* dan objek penelitian yaitu mahasiswa. Perbedaan dari penelitian ini adalah tujuan penelitian, variabel yang digunakan dan metode penelitian.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Sujudi, Ginting dengan judul *Quarter-life Crisis* di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Semester Akhir

¹⁰ Azizah, I., Munir, A. *Quarter-life Crisis* di Masa Pandemi pada Mahasiswa Akhir IAIN Ponorogo. 2. 2022

Universitas Sumatera Utara Fenomena *quarter-life crisis* merupakan sebuah fenomena psikososial pada rentang usia yang sama dengan *Emerging Adulthood* yakni antara 18 sampai 29 tahun yang ditandai dengan munculnya reaksi-reaksi emosi seperti stress, frustrasi, panik, tidak berdaya, khawatir akan masa depan, tidak memiliki tujuan dan sebagainya. Depresi dan gangguan psikologis lainnya juga termasuk ke dalam krisis ini. Tentunya hal ini sangat penting untuk diteliti lebih mendalam. Karena sangat berhubungan erat dengan pribadi yang bermuara pada kesejahteraan seorang individu sebagai komponen utama pembentuk masyarakat. Tergambarlah sebuah fakta di lapangan bahwa fenomena *Quarter-life Crisis* memang benar benar terjadi di tengah-tengah mahasiswa semester akhir Universitas Sumatera Utara. Dan hal ini erat kaitannya dengan terjadinya pandemi Covid-19 yang menyebabkan buruknya perekonomian masyarakat secara umum, termasuk di dalamnya mahasiswa. Dari permasalahan ekonomi ini menjalar lagi pada masalah-masalah lain yang memperburuk *Quarter-life Crisis* para mahasiswa ini. Mahasiswa yang menjadi objek penelitian dalam jurnal ini adalah mahasiswa semester akhir USU¹¹. Persamaan dari penelitian ini adalah penelitian mengenai *Quarter-life Crisis* dan objek penelitian yaitu mahasiswa. Perbedaan dari penelitian ini adalah tujuan penelitian, variabel yang digunakan dan metode penelitian.

¹¹ Sujudi, M.A., Ginting, Bengkel. Quarter-life Crisis di Masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatra Utara. 2(2). 2020

F. Definisi operasional

1. *Quarter-life Qrisis*

Menurut Alexandra Robbinson dan Abby Wilner *quarter life crisis* atau krisis seperempat baya merupakan krisis emosional atau tahap perkembangan sosioemosional manusia, pada teori emerging adulthood Alexandra dan Wilner menyebutnya dengan istilah “*twenty something*”, biasanya kondisi pada usia yang memasuki umur 20 tahunan¹².

2. Mahasiswa

Menurut sarwono, Mahasiswa ialah seorang peserta didik yang berusia 18 sampai 30 tahun yang terdaftar dan menjalani pendidikannya di perguruan tinggi baik dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institute dan universitas¹³

¹² Indry Permatasari, *Hubungan Kematangan Emosi dengan Quarter Life Pada Dewasa Awal*, (Malang : UMM, 2021).

¹³ Sarwono, S. W. *Psikologi Remaja*. (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.2003)