

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Dalam era modern ini, mahasiswa menghadapi tantangan emosional dan psikologis yang kompleks selain tekanan akademik, yang berpotensi memicu krisis, khususnya pada fase pencarian jati diri mereka.¹ Salah satu krisis yang terjadi pada masa perpindahan yang akan dialami setiap manusia terletak pada fase *emerging adulthood*, menurut arnett fase ini merupakan tingkatan usia yang sudah melalui fase remaja akan tetapi belum memasuki fase dewasa atau bisa disebut dengan fase dewasa awal, usianya berada diantara delapan belas-dua puluh tahunan. *Emerging adulthood* tidak masuk ke fase remaja sebab mereka sudah memiliki kemandirian untuk bisa mengambil keputusan. Di balik itu, mereka masih bergantung pada finansial orang tuanya yang menyebabkan mereka memiliki finansial yang kurang stabil yang mengakibatkan permasalahan finansial merembet ke berbagai masalah yang lain.

Situasi fase *emerging adulthood* oleh Jeffrey Jensen Arnet mempunyai kedekatan dengan masalah dan krisis yang kompleks. Jeffrey Jensen Arnet mengemukakan ada 5 ciri yang menggambarkan situasi pada *emerging adulthood* yaitu *identity exploration* (era mengeksplorasi diri), *age of instability* (usia ketidakstabilan), *the self focused age* (individualis mulai berkurang), *feeling in betwen* (perasaan bimbang), *the age of possibilities* (usia banyak

¹ Almira Wardah Zaen dkk., "Konflik Batin Dan Resolusi Religius: Studi Pada Mahasiswa Yang Mengalami Krisis Iman," *Hikmah : Jurnal Studi Pendidikan Agama Islam* 2, no. 2 (12 Juni 2025), 297.

peluang dan kemungkinan).² Masalah pada mahasiswa tingkat akhir pendidikan agama Islam yang berada dalam fase transisi yang krusial adalah mencoba menemukan identitas keislaman mereka sambil juga menghadapi tekanan sosial, ekonomi, dan ekspektasi keluarga. Ditambah dengan pengaruh media sosial yang sering kali menggambarkan kehidupan yang sempurna dan sukses, mereka bisa merasa terasing dan tidak yakin akan tujuan hidup mereka.

Miller menyarankan bahwasanya manusia di tahap *emerging adulthood* untuk tidak tinggal bersama orang tua mereka. Lonjakan pengetahuan dan pencapaian kerja, masa membangun relasi yang lebih dalam, sudah punya pilihan yang mandiri, memiliki majamen emosi sendiri membuat mereka sering memiliki masalah pemahaman atau komunikasi dengan orang tua mereka sebab bertentangan dengan keinginan individu itu sendiri. Menjadi orang dewasa juga menjadi satu alasan, menjadi orang dewasa merupakan tantangan bagi mereka sebab menjadi orang dewasa berarti mereka memiliki multi pilihan yang bisa membuat perubahan bagi kehidupan mereka.³

Peristiwa problematika emosional pada masa *emerging adulthood* Masalah emosional ini biasa disebut dengan sebutan *quarter life crisis*. Permasalahan *quarter life crisis* pada pandangan Robbins dan Wilner yaitu masalah diri yang disebabkan oleh ketidakpastian diri sendiri pada masa perubahan mulai fase remaja ke fase dewasa. Krisis atau masalah ini ditandai dan akan menjadi aspeknya yaitu ditandai dengan kebingungan pada saat mengambil langkah, rasa

² Diana Putri Arini, "Emerging Adulthood: Pengembangan Teori Erikson Mengenai Teori Psikososial Pada Abad 21", *Jurnal Ilmiah Psyche* 15, no. 01 (1 Juli 2021), 15 - 16.

³ Diana Putri Arini, "Emerging Adulthood: Pengembangan Teori Erikson Mengenai Teori Psikososial Pada Abad 21", *Jurnal Ilmiah Psyche* 15, No. 01 (1 Juli 2021), 15.

tidak punya harapan, menilai diri dengan penilaian buruk, merasa selalu pada kondisi yang susah, rasa kecemasan, merasa selalu punya tekanan yang berat, dan mempunyai kekhawatiran tentang hubungan sosial antar manusia.⁴

Quarter life crisis pasti dialami setiap manusia pada fase permulaan dewasa atau juga pada mahasiswa tingkat akhir yang masih ataupun sudah hampir lulus sarjana, mereka pasti merasa cemas dan khawatir terhadap masa yang akan datang. Menurut Robbins dan Wilner manusia pasti mengalami multi permasalahan psikologis pada saat itu, merasa terjebak pada situasi yang sulit dan menempuh permasalahan emosi yang biasa dinamai *quarter life crisis*. Akan tetapi, *quarter life crisis* ini tidak hanya menyerang manusia yang berkecimpung dengan akademis atau pendidikan saja, *quarter life crisis* bahkan bisa menyerang anak yang tidak sedang berkecimpung di dunia akademis dan pendidikan, karena krisis ini juga bisa disebabkan oleh konflik di rumah, gengsi perkumpulan sebaya, kekecewaan, kecemasan relasi, pekerjaan dan karier.⁵

Dari hasil observasi serta diskusi dengan teman-teman mahasiswa tingkat akhir Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri menghadapi sejumlah masalah pada tahap akhir pendidikan mereka. Persyaratan ujian BTQ untuk kegiatan KKN sangat sulit, terutama bagi mahasiswa yang kurang bisa mengaji. Selain itu, penulisan skripsi adalah proyek akademik yang kompleks yang membutuhkan banyak waktu dan

⁴ Rizky Ananda Artiningsih (Last) Dan Siti Ina Savira, "Hubungan Loneliness Dan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal", *Jurnal Penelitian Psikologi* 8 (2021), 1.

⁵ Farra Anisa Rahmania Dan Muhammad Novvaliant Filsuf Tasaufi, "Terapi Kelompok Suportif Untuk Menurunkan Quarter-Life Crisis Pada Individu Dewasa Awal Di Masa Pandemi Covid-19", *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi* 2, No. 0 (29 Desember 2020), 2.

upaya. Mereka yang gagal dalam ujian Munaqosah BTQ dan menyelesaikan skripsi mungkin merasa cemas dan putus asa tentang masa depan mereka.

Selain itu, masalah keuangan membuat mereka merasa lebih terbebani, karena biaya kuliah yang mahal dan kebutuhan sehari-hari yang sulit untuk dipenuhi.⁶ Selain itu, ada kekhawatiran tentang karir masa depan karena persaingan yang ketat di dunia kerja dan ketidakjelasan pekerjaan setelah lulus.⁷ Mereka juga menghadapi tekanan dari keluarga dan masyarakat yang mengharapkan mereka berprestasi akademik. Sementara itu, masalah dalam hubungan asmara atau konflik dengan teman-teman dapat mengganggu kesehatan emosional mereka, sementara krisis identitas islam mereka, yang sering terjadi di akhir studi, menimbulkan pertanyaan yang mendalam tentang tujuan hidup dan karir mereka.⁸ Mahasiswa PAI tingkat akhir menghadapi beban emosional yang signifikan karena semua faktor tersebut.

Dari uraian diatas saya ingin mempelajari lebih lanjut tentang masalah psikologis dan spiritual yang dihadapi oleh mahasiswa PAI tingkat akhir yang mengalami krisis seperempat tahun di IAIN Kediri karena minat saya dalam meneliti ***Quarter Life Crisis Mahasiswa PAI Tingkat Akhir Di IAIN Kediri***. Penelitian ini melibatkan mahasiswa Pendidikan Agama Islam (PAI) tingkat akhir di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri yang mengalami Krisis *Quarter Life*. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman siswa PAI

⁶ Sugiarti Musabiq Dan Isqi Karimah, "Gambaran Stress Dan Dampaknya Pada Mahasiswa", *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 20, No. 2 (30 Agustus 2018), 79.

⁷ Rifkatul- Muqaramma, Ahmad Razak, dan Harlina Hamid, "Fenomena Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Era Disrupsi 4.0", *Sulawesi Tenggara Educational Journal* 2, no. 1 (10 April 2022), 33.

⁸ Sugiarti Musabiq dan Isqi Karimah, "Gambaran Stress Dan Dampaknya Pada Mahasiswa", *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 20, no. 2 (30 Agustus 2018), 79.

tingkat akhir, masalah yang mereka hadapi, dan bagaimana cara mereka agar dapat membantu mereka mengatasi krisis *quarter life*. Penelitian ini melibatkan siswa PAI tingkat akhir sebagai subjek utama dan melihat bagaimana cara mereka untuk mengatasi krisis ini.

B. Fokus Penelitian

Dari konteks penelitian tersebut, dapat di kemukakan dalam suatu fokus penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi *Quarter life crisis* yang menimpa Mahasiswa PAI tingkat akhir di IAIN Kediri?
2. Bagaimana solusi Mahasiswa PAI tingkat akhir untuk mengatasi *Quarter life crisis*?

C. Tujuan Penelitian

Didalam sebuah penelitian, peneliti pasti punya tujuan yang melatar belakangi penelitian tersebut, sehingga penelitian akan memberikan manfaat dan sebuah kejelasan akan penelitian ini. Adapun tujuan penelitian yang dilakukan adalah untuk mendeskripsikan :

1. Mendeskripsikan kondisi *Quarter life crisis* yang menimpa Mahasiswa PAI tingkat akhir di IAIN Kediri.
2. Mendeskripsikan cara Mahasiswa PAI tingkat akhir untuk mengatasi *Quarter life crisis*.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian bisa dikatakan sukses apabila memiliki nilai manfaat.⁹ Maka penelitian ini bisa dikatakan berguna jika ada nilai manfaat yang diperoleh, yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan penelitian yang telah ada sebelumnya dengan menjadi sumber referensi bagi pihak lain yang ingin melakukan penelitian tentang masalah yang sama dengan lingkup pembahasan yang lebih luas. Selain itu, penelitian ini akan menambah pengetahuan dan pengetahuan tentang *Quarter Life Crisis* yang dialami oleh Mahasiswa tingkat akhir dan bagaimana mereka menghadapinya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pendidik atau Dosen

Melalui hasil penelitian ini pendidik atau dosen dimungkinkan untuk memperoleh bahan ajar atas kasus *quarter life* agar dapat mempersiapkan mahasiswanya *survive* di dalam kehidupan kelak. Kegiatan pembelajaran akan menjadi menarik sebab mahasiswa akan dihadapkan dengan problematika yang kemungkinan bisa terjadi saat mereka menjumpai semester akhir ataupun saat sudah lulus atas dasar pemahaman dosen tentang penelitian ini.

b. Bagi Anak didik

⁹ Rahmadi, S.Ag., M.Pd.I, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Cet. 1 (Banjarmasin: Antasari Press, 2011), 120.

Pembahasan dari penelitian yang sudah dilakukan ini berguna untuk anak didik yaitu mahasiswa untuk mempersiapkan diri mereka menghadapi *quarter life crisis* pada saat mereka menempuh semester akhir ataupun saat sudah lulus. Hasil penelitian yang dilakukan juga bisa memberikan mereka wawasan dan pengetahuan perihal permasalahan apa saja yang kemungkinan terjadi saat di semester akhir atau pasca mereka lulus.

c. Bagi peneliti berikutnya dengan tema yang sama

Penelitian ini bisa jadi informasi atau sumber bagi peneliti lain,¹⁰ yang akan mengkaji tema yang sama yaitu tema *quarter life crisis*, karena substansi permasalahan di setiap tempat pasti beragam dan penelitian tentang kepribadian agak rumit dikarenakan manusia itu sendiri yang sulit ditebak dan diteliti tentang kepribadian mereka, sehingga perlu waktu cukup lama untuk mengenal bagaimana kepribadian manusia sesungguhnya.

E. Definisi Konsep

Peneliti perlu memberikan penjelasan arti dari tiap kata-kata penting yang digunakan dalam judul untuk menghindari pemahaman yang salah, sebagaimana arti kata yang peneliti maksud sebagai berikut :

1. *Quarter Life Crisis*

Krisis ini dikenal dengan krisis seperempat abad, dimana krisis ini dialami oleh manusia pada usia 20 tahunan. Krisis ini dialami saat seseorang

¹⁰ Syafrida Hafni Sahir, *Metodologi Penelitian* (Kbm Indonesia, 2021), 5.

berada di masa dewasa muda atau pada masa setelah remajanya yang akan menuju dewasa. Krisis ini disebabkan kamu belum siap dengan banyak tuntutan dan pilihan yang akan berdampak menimbulkan masalah emosional atau perasaan negatif yaitu perasaan bingung, cemas, khawatir, ragu terhadap masa depan dan kehidupan.¹¹

2. Mahasiswa PAI Tingkat Akhir

"Mahasiswa" adalah istilah yang mengacu pada orang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, baik itu universitas, institut, atau akademis. Mahasiswa terdiri dari dua kata, "maha" yang berarti "ter", dan "siswa" yang berarti "pelajar." Oleh karena itu, "mahasiswa" berarti "terpelajar". Seorang mahasiswa tidak hanya mempelajari bidang yang digelutinya, tetapi mereka juga mampu mengaplikasikannya, dan mereka sangat kreatif dan inovatif.¹²

Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang tercatat secara administratif di universitas. Mereka telah menyelesaikan teori kursus dan sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Sebagian besar, mahasiswa tingkat akhir telah menyelesaikan hampir semua mata kuliah dan sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi mereka. Usia mahasiswa tingkat akhir adalah antara 21 sampai 25 tahun, menurut Winkel. Di Indonesia, "skripsi" adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan karya tulis ilmiah yang merupakan paparan penelitian sarjana S1 yang membahas fenomena atau

¹¹ Gerhana nurhayati putri, *Quarter-life Crisis* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2019), 2.

¹² Rezki Amelia Halim, "Fenomena Malas Kuliah Mahasiswa Organisatoris Di Institut Agama Islam Negeri (Iain) Parepare", (Pare Pare, Institut Agama Islam Negeri, 2021), 2.

masalah tertentu dalam bidang tertentu dengan menggunakan standar yang berlaku.¹³

F. Penelusuran Penelitian Terdahulu

Buah penelitian yang lampau tapi masih relevan dengan penelitian ini perlu dituliskan. Karena penelitian ini dapat dikatakan penelitian lanjutan dari penelitian dahulu. Paparan hasil penelitian terdahulu dengan maksud agar tidak ada plagiasi dan menghindari penelitian yang sama persis. Hasil paparan yang relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut.

No	Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG (<i>Pengaruh Family Support Terhadap Quarter Life Crisis Pada Sarjana Fresh Graduate</i>)	Persamaan variabel <i>quarter life crisis</i>	Fokus pada pengaruh dukungan keluarga; pendekatan kuantitatif. Penelitian Saya fokus pada coping mahasiswa PAI; pendekatan kualitatif fenomenologi.
2	UIN RADEN INTAN LAMPUNG (<i>Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir</i>)	Persamaan pada variabel <i>quarter life crisis</i> dan mahasiswa tingkat akhir	Fokus pada hubungan dengan dukungan sosial; pendekatan kuantitatif. Penelitian Saya fokus pada solusi mahasiswa PAI; pendekatan kualitatif fenomenologi.
3	UNIV MUHAMMADIYAH SURAKARTA	Persamaan pada variabel <i>quarter life crisis</i> .	Fokus pada kaum milenial secara umum; pendekatan fenomenologi

¹³ Shahnaz Roellyana, "Peranan optimisme terhadap resulensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi serta tinjauannya dalam Islam.," *Fakultas Psikologi Universitas YARSI 1* (2016), 32.

	<i>(Quarter Life Crisis Pada Kaum Millennial)</i>		interpretatif. Penelitian saya fokus pada mahasiswa PAI tingkat akhir.
4	UIN YOGYAKARTA <i>(Quarter Life Crisis Mahasiswa Bki Tingkat Akhir)</i>	Persamaan variabel <i>quarter life crisis.</i>	Fokus pada mahasiswa BKI, metode mix methods. Penelitian saya fokus pada coping mahasiswa PAI, metode fenomenologi murni.
5	UIN RIAU <i>(Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Quarterlife Crisis Pada Mahasiswa)</i>	Persamaan terletak pada variabel <i>quarter life crisis.</i>	Fokus pada pengaruh regulasi emosi; pendekatan kuantitatif. Penelitian saya fokus pada solusi mahasiswa PAI; pendekatan kualitatif fenomenologi.
6	UIN WALISONGO <i>(Syukur Sebagai Psikoterapi Quarter Life Crisis)</i>	Persamaan <i>quarter life crisis.</i>	Fokus pada syukur sebagai terapi; menggunakan studi pustaka. Penelitian Saya fokus pada berbagai coping mahasiswa PAI; dengan wawancara langsung.
7	WICHITA STATE UNIVERSITY <i>(“Halfway between somewhere and nothing”: A exploration of the quarter-life crisis and life satisfaction among graduate students - ProQuest)</i>	Persamaan <i>quarter life crisis.</i>	Fokus pada mahasiswa pascasarjana dan kepuasan hidup; metode mixed-method. Penelitian Saya fokus pada coping mahasiswa PAI; pendekatan fenomenologi.
8	IAIN Kediri	Sama-sama di IAIN Kediri,	Penelitian pertama melibatkan 5 fresh

	<p><i>(Quarter-Life Crisis Mahasiswa Fresh Graduate Tahun 2022 Di Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri)</i></p>	<p>sama-sama meneliti <i>QLC</i> pada mahasiswa akhir dengan pendekatan fenomenologi.</p>	<p>graduate dan fokus pada fase dan bentuk <i>QLC</i>. Penelitian Saya melibatkan 8 mahasiswa PAI dan menyoroti coping serta peran agama secara eksplisit.</p>
--	--	---	--

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya kesamaan variabel yang dibahas, yaitu quarter life crisis (*QLC*), serta fokus pada mahasiswa tingkat akhir atau *fresh graduate*. Hal ini mengindikasikan bahwa fenomena *QLC* telah menjadi perhatian penting dalam ranah akademik, khususnya pada masa transisi kehidupan dewasa awal. Sebagian besar studi tersebut berupaya mengungkap faktor penyebab maupun dampak dari *QLC*, baik dari aspek dukungan sosial, keluarga, regulasi emosi, maupun kepuasan hidup. Penelitian ini juga memiliki kesamaan metodologis dengan beberapa studi yang mengadopsi pendekatan kualitatif fenomenologis, yang bertujuan untuk menggali pengalaman individu secara mendalam.

Namun demikian, penelitian ini memiliki beberapa perbedaan signifikan yang menjadi pembeda utamanya. Pertama, jika banyak studi terdahulu berfokus pada hubungan antara variabel *QLC* dengan variabel eksternal seperti dukungan sosial, dukungan keluarga, atau emosi, maka penelitian ini lebih menitikberatkan pada upaya mahasiswa itu sendiri dalam menghadapi krisis tersebut, seperti strategi coping dan peran religiusitas. Penelitian ini tidak hanya menjelaskan keberadaan krisis, tetapi juga mencoba mengeksplorasi tindakan nyata yang dilakukan mahasiswa untuk mengatasinya.

Kedua, dari sisi metodologi, sebagian besar penelitian terdahulu menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik survei dan instrumen skala

psikologi untuk mengukur gejala *QLC*. Sebaliknya, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis murni dengan teknik wawancara mendalam untuk menggali narasi pengalaman hidup subjek penelitian. Bahkan, dalam perbandingan dengan penelitian luar negeri yang menggunakan metode campuran (*mixed method*), penelitian ini tetap menegaskan pendekatan kualitatif sebagai pilihan utama untuk memahami realitas subjektif mahasiswa secara mendalam.

Ketiga, penelitian ini lebih spesifik pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) tingkat akhir di IAIN Kediri. Fokus pada konteks lokal dan identitas keagamaan subjek menjadi pembeda yang kuat dibanding penelitian lain yang umumnya menggunakan populasi umum mahasiswa atau generasi milenial. Penekanan terhadap nilai-nilai religiusitas sebagai bagian dari strategi *coping* terhadap *QLC* juga memperkaya temuan studi ini dibanding penelitian sebelumnya yang cenderung bersifat psikologis atau sosial semata.

Dengan demikian, meskipun terdapat kesamaan dalam hal variabel utama dan sebagian pendekatan metodologis, penelitian ini memiliki keunikan tersendiri pada aspek konteks, fokus tujuan, serta strategi penyelesaian masalah yang digali, sehingga memberikan kontribusi baru dalam khazanah kajian tentang *quarter life crisis* di kalangan mahasiswa pendidikan keagamaan di Indonesia.