

***QUARTER-LIFE CRISIS* PADA REMAJA DI UPT PERLINDUNGAN DAN  
PELAYANAN SOSIAL ASUHAN ANAK DINAS SOSIAL PROVINSI JAWA TIMUR**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri  
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi  
(S.Psi)

Oleh:

Azzainatun Nadzifah

21104130

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI**

**2025**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**QUARTER-LIFE CRISIS PADA REMAJA DI UPT PERLINDUNGAN DAN  
PELAYANAN SOSIAL ASUHAN ANAK DINAS SOSIAL PROVINSI  
JAWA TIMUR**

Disusun oleh:

Azzainatun Nadzifah

21104130

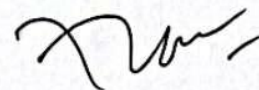
Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Zainal Muttaqin, S. Th. I., M.A.

NIP. 198311082018011001



Sunarno, S.Psi., M.A.

NIP. 198202152023211015

**NOTA DINAS**

**Kediri, 3 November 2025**

Nomor :

Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada  
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri  
Di  
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Azzainatun Nadzifah

NIM : 21104130

Judul : *Quarter-Life Crisis* Pada Remaja Di UPT Perlindungan Dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1). Bersama ini terlampir satu berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

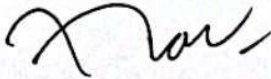
Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Pembimbing II

Zainal Muttaqin, S. Th. I., M.A.  
NIP. 198311082018011001

  
Sunarno, S.Psi., M.A.  
NIP. 198202152023211015

## NOTA PEMBIMBING

Kediri, 15 November 2025

Nomor :

Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada  
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah  
Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri  
Di  
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Azzainatun Nadzifah

NIM : 21104130

Judul : *Quarter-Life Crisis* Pada Remaja Di UPT Perlindungan Dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, dengan beberapa petunjuk yang telah diberikan dalam Sidang Munaqosah yang dilaksanakan pada tanggal 05 Desember 2025, saya dapat menerima dan menyetujui hasil perbaikannya.


Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Zainal Muttaqin, S. Th. I., M.A.  
NIP. 198311082018011001

Pembimbing II



Sunarno, S.Psi., M.A.  
NIP. 198202152023211015

HALAMAN PENGESAHAN

**QUARTER-LIFE CRISIS PADA REMAJA DI UPT PERLINDUNGAN DAN  
PELAYANAN SOSIAL ASUHAN ANAK DINAS SOSIAL PROVINSI  
JAWA TIMUR**

**AZZAINATUN NADZIFAH**

21104130

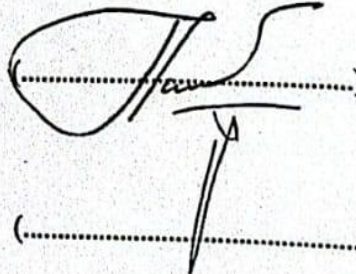
Telah Diujikan Di Depan Sidang Munaqasah Universitas Islam Negeri Syekh Wasil  
Kediri Pada Tanggal 5 Desember 2025

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

**Yuli Darwati, M.Si**

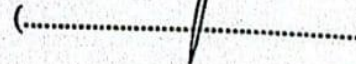
NIP. 197307042005012003



2. Penguji I

**Zainal Muttaqin, S. Th. I., M.A.**

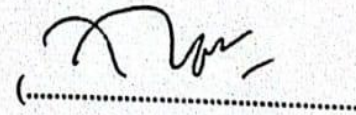
NIP. 198311082018011001



3. Penguji II

**Sunarno, S.Psi., M.A.**

NIP. 198202152023211015



Kediri, 15 Desember 2025





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI**  
Jalan Sunan Ampel Nomor 07 Ngronggo Kota Kediri Kode Pos 64127  
Telepon (0354) 689282 Faksimile (0354) 686564 Website: [www.uinkediri.ac.id](http://www.uinkediri.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Azzainatun Nadzifah  
NIM : 21104130  
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Dakwah/ Psikologi Islam  
E-mail address : Azzainnadiva@gmail.com  
Jenis Karya Ilmiah :  Skripsi  Tesis  Disertasi  
 Lain-lain (.....)  
Judul Karya Ilmiah : *Quarter-Life Crisis* Pada Remaja Di Upt Perlindungan Dan  
Pelayanan Sosial Asuhan Anak Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur

Dengan ini menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Syekh Wasil Kediri, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah tersebut di atas beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Syekh Wasil Kediri berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis dan pengembangan ilmu pengetahuan tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Syekh Wasil Kediri, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Kediri, 8 Juni 2026

Penulis

(Azzainatun . N .)

nama terang dan tanda tangan

## MOTTO

“Quarter-life crisis bukan pertanda kelemahan, tetapi proses pertumbuhan perjalanan menuju versi diri yang lebih matang dan berarti.”

*“The quarter-life crisis is not a sign of weakness, but a sign of growth a transition between who you were and who you are becoming.”*

(Alexandra Robbins & Abby Wilner)

“Ketika hidup bertanya tanpa jawaban pasti, keberanian menjadi jawaban untuk terus melangkah.”

(Penulis)

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Azzainatun Nadzifah

NIM : 21104130

Prodi/Fakultas : Psikologi Islam/Ushuluddin dan Dakwah

Judul : *Quarter-Life Crisis* Pada Remaja Di UPT Perlindungan Dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya dan bukan merupakan plagiat, baik sebagian atau seluruhnya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan ini hasil plagiat, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 3 November 2025

Yang Membuat Pernyataan

Azzainatun Nadzifah

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah SWT Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, segala puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat-Nya atas limpahan rahmat, taufik, serta hidayah-Nya sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, suri teladan sepanjang masa yang telah menuntun umat manusia menuju jalan kebenaran. Dengan penuh rasa syukur dan hormat, skripsi ini peneliti persembahkan untuk:

1. Dengan penuh rasa hormat, cinta, dan ketulusan, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada keluarga besar penulis terkhususnya orang tua angkat tercinta Bapak Syaifudin dan Ibu Nurul Ufatim, yang telah dengan penuh kasih sayang membesarkan, merawat, dan mendidik penulis sejak kecil hingga saat ini, bahkan memberikan kesempatan luar biasa untuk melanjutkan pendidikan hingga ke jenjang perguruan tinggi. Setiap pengorbanan, perhatian, dan dukungan yang telah diberikan selama ini menjadi sumber kekuatan dan inspirasi bagi penulis dalam menapaki kehidupan. Tanpa bimbingan, kesabaran, serta kasih sayang yang tiada batas, perjalanan ini tentu tidak akan semudah dan seindah ini. Terima kasih atas segalanya, atas setiap doa yang dipanjatkan, atas setiap langkah yang didukung, dan atas kasih sayang yang begitu tulus. Semoga Allah SWT senantiasa merahmati dan membalas semua kebaikan dengan limpahan pahala serta kebahagiaan yang tak terhingga.
2. Dalam perjalanan hidup ini, setiap orang memiliki peran dan makna tersendiri, termasuk orang tua kandung yang telah memberikan kehidupan. Meski tanpa kebersamaan dalam tumbuh dan berkembang, keberadaan mereka tetap menjadi

bagian dari takdir yang telah membawa penulis hingga titik ini. Dengan penuh kesadaran dan penerimaan, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada orang tua kandung penulis yaitu Almarhum Bapak Samsul Hadi dan Almarhumah Ibu Wiji Kibtiyah, yang telah menjadi perantara kehidupan ini. Tanpa mereka, tidak akan ada kesempatan untuk menjalani perjalanan yang penuh pelajaran, perjuangan, dan makna yang ditemukan sepanjang waktu.

3. Dengan penuh kasih sayang dan rasa syukur, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada adik tercinta, Nur Alfiani Roudhotul Hikmah. Kehadiranmu bukan hanya sebagai seorang adik, tetapi juga sebagai sumber semangat, dan motivasi yang tak tergantikan. Dalam setiap perjalanan, baik dalam kehidupan maupun dalam proses penyelesaian skripsi ini, dukungan dan keberadaannya selalu menjadi penguat yang berharga.
4. Penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Queen Oase Thursina. Teman yang hadir dalam setiap perjalanan, memberikan dukungan, semangat, serta kehangatan yang tiada tergantikan. Kehadiran dan kebersamaan selama ini telah menjadi salah satu pilar kekuatan bagi penulis dalam menghadapi berbagai tantangan, termasuk dalam menyelesaikan skripsi ini. Setiap dorongan, kata-kata penyemangat, serta kehadiran yang tulus telah memberikan makna yang begitu besar dalam perjalanan akademik dan kehidupan.
5. Kepada seluruh teman seangkatan tahun 2021, khususnya dari Program Studi Psikologi Islam, terima kasih atas kebersamaan dan saling dukung yang terjalin sejak semester awal hingga kini. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada Kanaya, Kiki, Rahul dan Yumna serta seluruh teman

kelas Psikologi D. Pertemuan singkat namun penuh makna bersama kalian telah menjadi sumber semangat dan motivasi bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada teman-teman asisten laboratorium psikologi. Keberadaan teman-teman telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dalam perjalanan akademik ini.
7. Saya juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada teman-teman UKM Foster serta UKK KSR yang telah kebersamai proses peneliti selama ini.
8. Untuk diriku sendiri, terima kasih telah bertahan, berjuang, dan melangkah tanpa menyerah dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Setiap detik yang dihabiskan dalam pencarian ilmu, setiap malam yang penuh dengan keraguan dan kelelahan, semua telah terbayar dengan hadirnya karya ini. Terima kasih telah memilih untuk tetap percaya pada diri sendiri, meski tantangan datang silih berganti. Terima kasih telah berani bermimpi dan bekerja keras untuk mewujudkannya. Perjalanan ini adalah bukti bahwa penulis mampu, bahwa kegagalan bukanlah akhir, melainkan bagian dari proses menuju keberhasilan. Penulis bangga pada diri penulis sendiri dan semua perjuangan yang telah penulis lalui.

Dengan penuh rasa hormat, peneliti berharap adanya masukan dan kritik yang konstruktif guna perbaikan di masa mendatang. Semoga setiap kebaikan yang diberikan oleh berbagai pihak mendapatkan balasan yang setimpal, serta semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua yang membutuhkannya.

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah Rabbil'alamin.* Segala puji hanya bagi Allah *Subhanahu wa Ta'ala*, atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Quarter-Life Crisis* Pada Remaja Di UPT Perlindungan Dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.

1. Bapak Prof. Dr. Wahidul Anam, M.Ag., selaku Rektor UIN Syekh Wasil Kediri.
2. Bapak Prof. Dr. KH. A. Halil Thahir, M.HI., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Syekh Wasil Kediri.
3. Ibu Dr. Rini Rismawati Suminta, M.Si., selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam UIN Syekh Wasil Kediri.
4. Bapak Zainal Muttaqin, S. Th. I., M.A. dan Sunarno, S.Psi., M.A. selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, dukungan, serta masukan yang sangat berarti bagi peneliti, sehingga penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Bapak dan Ibu Dosen, serta seluruh staff Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah.
6. Dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis ingin menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada remaja putri UPT Perlindungan dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak (PPSAA) Trenggalek, Asrama Kediri, yang telah bersedia menjadi bagian dari penelitian ini. Keikutsertaan dan

keterbukaan dalam berbagi pengalaman serta pandangan sangat berharga bagi kelancaran penelitian ini.

7. Kedua orang tua, teman, saudara, keluarga besar peneliti yang selalu memberikan dukungan, doa, dan semangat kepada peneliti.

Dengan penuh rasa hormat, peneliti berharap adanya masukan dan kritik yang konstruktif guna perbaikan di masa mendatang. Semoga setiap kebaikan yang diberikan oleh berbagai pihak mendapatkan balasan yang setimpal, serta semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua yang membutuhkannya.

Kediri, 3 November 2025  
Yang Membuat Pernyataan

Azzainatun Nadzifah

## ABSTRAK

Nadzifah, Azzainatun. Pembimbing Zainal Muttaqin, S. Th. I., M.A. Dan Pembimbing 2: Sunarno, S.Psi., M.A. *Quarter-Life Crisis Pada Remaja Di UPT Perlindungan Dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur*, Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri. 2025.

Kata Kunci: *Quarter-Life Crisis*, Remaja, Fenomenologi, UPT PPSAA.

Fenomena *quarter-life crisis* menjadi tantangan psikologis yang banyak dialami remaja menjelang masa transisi menuju dewasa awal, terutama mereka yang hidup tanpa dukungan keluarga. Kondisi ini terlihat pada remaja di Unit Pelaksana Teknis Perlindungan dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak (UPT PPSAA) Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur. Mereka menunjukkan kebingungan dalam menentukan arah hidup, kecemasan terhadap masa depan, serta tekanan sosial untuk segera mandiri setelah keluar dari panti. Latar belakang tanpa figur orang tua dan pengalaman traumatis masa lalu menjadikan remaja lebih rentan terhadap perasaan tidak berdaya, putus asa, serta kehilangan makna hidup. Penelitian ini dilakukan untuk memahami secara mendalam pengalaman subjektif mengenai *quarter-life crisis* terdiri dari pemahaman *quarter-life crisis* para subjek, aspek-aspek, faktor-faktor, dampak dan strategi para subjek dalam menghadapi *quarter-life crisis*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi fenomenologi. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi terhadap lima subjek remaja berusia 18–20 tahun yang tinggal di UPT PPSAA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh subjek mengalami gejala *quarter-life crisis* yang ditandai oleh kebingungan dalam pengambilan keputusan, penilaian negatif terhadap diri, kecemasan masa depan, tekanan emosional, serta kekhawatiran dalam relasi interpersonal. Faktor internal yang berpengaruh meliputi kebingungan identitas, rendahnya kepercayaan diri, kecemasan berlebih, dan trauma masa lalu; sedangkan faktor eksternal meliputi tekanan sosial, keterbatasan sistem panti, serta minimnya dukungan emosional. Keduanya saling berinteraksi dan memperkuat dinamika krisis yang dialami remaja.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa *quarter-life crisis* pada remaja panti merupakan fase perkembangan yang wajar, namun memerlukan pendampingan psikososial yang berkelanjutan. Krisis ini tidak hanya mencerminkan ketidakstabilan emosi, tetapi juga menjadi proses pembentukan identitas dan kemandirian. Dukungan dari lingkungan yang suportif, kemampuan refleksi diri, serta penguatan spiritual terbukti membantu remaja beradaptasi dan menemukan makna positif dari pengalaman krisis. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan pentingnya peran lembaga asuhan dalam menyediakan ruang aman bagi remaja untuk tumbuh, belajar mengelola emosi, dan mempersiapkan diri menuju kedewasaan yang sehat dan bermakna.

## DAFTAR ISI

<b>COVER .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>NOTA DINAS .....</b>	<b>iii</b>
<b>NOTA PEMBIMBING .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>vi</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....</b>	<b>vii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>x</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>xii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Konteks penelitian .....	1
B. Fokus Penelitian .....	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Definisi Operasional .....	11
F. Penelitian Terdahulu.....	12
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>17</b>
A. <i>Quarter-Life Crisis</i> .....	17
1. Pengertian Quarter-Life Crisis.....	17
2. Faktor Quarter-Life Crisis .....	20
3. Aspek-aspek <i>Quarter-Life Crisis</i> .....	22
B. Definisi Remaja.....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>26</b>

A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian .....	26
B. Kehadiran Peneliti.....	27
C. Lokasi Penelitian .....	28
D. Sumber Data .....	29
E. Prosedur Pengumpulan Data .....	32
F. Analisis Data .....	34
G. Pengecekan Keabsahan Temuan.....	36
<b>BAB IV PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN.....</b>	<b>38</b>
A. Paparan Data .....	38
1. Profil Lokasi Penelitian .....	38
2. Deskripsi Data .....	44
B. Temuan Penelitian.....	120
<b>BAB V PEMBAHASAN.....</b>	<b>129</b>
A. Pemahaman <i>Quarter-Life Crisis</i> Pada Remaja Menjelang Kelulusan Di UPT Perlindungan Dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur .....	129
B. Aspek-aspek <i>Quarter-Life Crisis</i> Pada Remaja Di UPT Perlindungan Dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur .....	135
C. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya <i>Quarter-Life Crisis</i> Pada Di UPT Perlindungan Dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur .....	140
D. Dampak Terjadinya <i>Quarter-Life Crisis</i> Di UPT Perlindungan Dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur .....	141
E. Strategi Remaja Menghadapi <i>Quarter-Life Crisis</i> Di UPT Perlindungan Dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur.....	143
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>	<b>146</b>
A. Kesimpulan .....	146
B. Saran.....	148
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>150</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>154</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>233</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Total Jumlah Anak Asuh.....	44
Tabel 4. 2 Data Umum Subjek.....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1.....	154
LAMPIRAN 2.....	159
LAMPIRAN 3.....	199
LAMPIRAN 4.....	217
LAMPIRAN 5.....	221
LAMPIRAN 6.....	222
LAMPIRAN 7.....	227
LAMPIRAN 8.....	232
LAMPIRAN 9.....	233