

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehidupan semua manusia akan melalui beberapa tahapan perkembangan baik itu secara fisik maupun psikologis. Dalam buku John W Santrok yang berjudul *Life-Span Development* menyebutkan bahwa tahap perkembangan setiap individu itu ada 8 (delapan) yaitu masa bayi (dari awal kelahiran hingga usia 24 bulan), masa kanak-kanak awal (akhir masa bayi hingga usia 5 atau 6 tahun), masa kanak-kanak pertengahan dan akhir (mulai usia 6 sampai usia 11 tahun), masa remaja (mulai dari usia 10-12 tahun sampai usia 18-22 tahun), masa dewasa awal (dimulai dari remaja akhir hingga 30 tahun), masa dewasa tengah (mulai dari usia 30 sampai 60 tahun), dan masa dewasa akhir atau yang biasa disebut masa tua (dimulai dari usia 60 sampai kematian).¹

Semua manusia dalam menghadapi kehidupan wajib menyelesaikan tugas perkembangannya, agar dalam proses menjalani kehidupan sehari-hari tidak mengganggu proses perkembangan fase berikutnya. Setiap fase perkembangan memiliki karakteristik dan tugas perkembangan serta problem tersendiri, salah satunya yaitu pada fase dewasa awal. Dewasa awal merupakan masa transisi dari fase remaja menuju dewasa. Masa peralihan dari ketergantungan ke masa mandiri, baik itu secara kebebasan menentukan diri dan pandangan masa depan serta ekonomi. Orang pada fase dewasa awal akan berusaha untuk menjadi sosok yang lebih mandiri, segala upaya akan dilakukan agar tidak bergantung dengan orang lain lagi. Dewasa awal ialah masa dimana individu akan mengalami perkembangan yang kompleks, baik itu perihal peran orang dewasa maupun proses psikologis yang mendasarinya. Erikson menyatakan bahwa tahapan dewasa awal dimulai dari kisaran usia

¹ John W Santrock, *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup*, Ketigabelas (Jakarta: Erlangga, 2012), 18–19.

20 tahun hingga 30 tahunan. Pada masa ini individu memiliki peran dan memikul tanggung jawab yang lebih besar dibandingkan dengan periode perkembangan sebelumnya. Individu dimasa ini juga akan melakukan pencarian dan pematapan untuk kehidupannya dimasa yang akan datang.

Individu dapat dikatakan dewasa ditandai dengan bisa bertanggung jawab penuh atas dirinya sendiri, serta pengendalian emosi yang menjadi aspek penting dalam proses menjadi individu yang dewasa. Ketika memasuki fase dewasa awal, individu akan dituntut untuk bisa menjadi orang yang dewasa, menjadi pribadi yang mandiri, dapat meningkatkan kualitas diri, dapat menentukan jalan hidup secara mandiri, mendapatkan pekerjaan yang layak dan mempunyai karir yang cemerlang. Pada fase ini bisa dikatakan merupakan fase dimana individu akan mulai menemui banyak permasalahan, perubahan nilai-nilai, ketegangan, emosional, periode isolasi sosial, dan penyesuaian diri pada pola hidupnya.² Selain akan memiliki tanggung jawab dan peran yang lebih besar, masa dewasa awal menurut Hurlock juga akan memiliki minat yang baru serta harus dapat menjalankan peran sebagai orang dewasa yang melekat pada dirinya.³

Seseorang saat berada difase dewasa awal sangat perlu dan penting untuk menyelesaikan tugas perkembangannya, agar tidak mengalami masalah yang berarti dan merasa bahagia dalam menjalani kehidupan selanjutnya. Terdapat beberapa tugas perkembangan dewasa awal yang telah dipaparkan oleh Hurlock, diantaranya yaitu mendapatkan suatu pekerjaan, memilih seorang teman hidup, belajar hidup bersama dengan suami istri membentuk sebuah keluarga, membesarkan anak-anak, mengelola sebuah rumah tangga, menerima tanggung jawab sebagai warga negara, dan bergabung dalam suatu kelompok sosial. Namun pada realita nya orang-orang pada fase dewasa awal banyak yang

² Santrock, 8.

³ Elizabeth B Hurlock, *PSIKOLOGI PERKEMBANGAN: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Kelima (Jakarta: Erlangga, 2011), 252.

masih bimbang dan kesulitan dalam mencari pekerjaan maupun pasangan hidup. Karena terkadang seseorang memiliki harapan-harapan akan pekerjaan dan pasangan yang diinginkan, tetapi belum sesuai dengan kenyataannya. Akibatnya seseorang akan mengalami kecemasan, kekhawatiran terhadap relasi interpersonal yang akan dan sedang dibangun. Selain itu di era digital yang semakin canggih banyak orang yang dapat menunjukkan prestasi atau pencapaian yang telah diraih di media sosial. Hal itu dapat memberikan dampak terhadap orang yang melihat postingan tersebut, seperti mengalami perasaan cemas, penilaian diri yang negative, menarik diri dari lingkungan, dan putus asa.⁴

Perasaan khawatir dan cemas ketika memasuki fase dewasa awal yang menurut Murphy ini merupakan masa krisis, karena masa dewasa awal merupakan masa krisis. Dimana individu akan mengalami perasaan negative seperti merasa tidak yakin, gelisah, cemas dan frustrasi. Perasaan tersebut akan muncul ketika individu memikirkan kemampuan bagaimana mengontrol kehidupannya yang sekarang. Individu yang tidak mampu merespon dan melewati tahapan dari berbagai permasalahan yang sedang dihadapi maka bisa mengganggu psikologisnya, seperti memiliki perasaan cemas, bimbang dan kebingungan dalam suatu ketidakpastian. Hal ini merupakan peristiwa krisis emosional atau yang biasa disebut dengan istilah *Quarter Life Crisis*.⁵

Alexander Robbins and Wilner merupakan pencetus istilah *quarter life crisis*, bermula dari teori *emerging adulthood* dari Jeffrey Arnett, yaitu sebuah masa transisi dari individu yang menghadapi masa remaja akan menempuh masa dewasa. Pada masa ini tersajikan banyak pilihan dari lingkungan eksternal yang juga menimbulkan kebingungan cara menghadapinya dan memutuskan mana yang dirasa sesuai dan pilihan paling benar

⁴ Alifia Fernanda Putri, "Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangan," *SCHOULID: Indonesia Journal of School Counseling* 3 (2019): 36–38.

⁵ Robbins dan Wilner, "Quarter life crisis: The unique challenges of life in your twenties," *New York: Penguin Putnam, Inc.*, 2001.

yang nantinya pilihan-pilihan tersebut cenderung membuat stress.⁶ Kondisi *quarter life crisis* berawal pada individu remaja memasuki masa dewasa awal dengan usia 20 tahunan, sehingga krisis emosional yang terjadi juga disebut “*twenty something*”.

Sebuah survey penelitian yang dilakukan Robinson & Wright menemukan bahwa terdapat 70% dari responden yang mengisi kuisioner penelitian mengaku mengalami krisis diusia 20 tahun. Survey yang dilakukan di Inggris dengan responden 1.100 didapatkan hasil 86% pernah melalui masa *quarter life crisis*. Penelitian lain yang dilakukan LinkedIn pada tahun 2017 menunjukkan 75% responden yang berusia 25-33 tahun mengakui pernah mengalami masa *quarter life crisis* diantaranya terkait status hubungan karena melihat teman sebayanya sudah banyak yang menikah, kebingungan karir dalam masa depan dimana banyak orang tua menginginkan subjek untuk menjadi bekerja dibidang tidak sesuai dengan keinginannya, dan ada juga yang mengalami kebingungan antara bekerja atau melanjutkan studi kejenjang selanjutnya.⁷

Selain itu, fenomena-fenomena *quarter life crisis* juga seringkali terjadi pada mahasiswa yang telah memasuki fase dewasa awal. Karena setelah menjadi mahasiswa dan menyelesaikan belajarnya diperguruan tinggi, individu akan bingung langkah apa yang akan diambil antara melanjutkan kuliah, bekerja atau bahkan menjalin hubungan asmara yang serius (menikah). Hal ini terlihat dari hasil wawancara yang telah didapatkan dari pernyataan salah satu mahasiswa program studi psikologi Islam yang telah memasuki fase dewasa awal di IAIN Kediri menyatakan bahwa dia mengalami berbagai macam tuntutan dari orang tua ataupun orang-orang disekitarnya dalam mengambil langkah dimasa datang dan masalah akademik. Merasa cemas dalam memilih judul penelitian yang digunakan dalam skripsi, finansial yang terbatas, kegugupan dalam menghadapi dosen pembimbing,

⁶ Arnet, J. J, *Emerging Adulthood: The Winding Road From The Late Teens Throught The Twenties* (New York: Oxfoard University Press, 2004), 469.

⁷ Indry Permatasari, “Hubungan Kematangan Emosi Dengan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal” (SKRIPSI Tidak Diterbitkan, Malang, Universitas Muhammadiyah Malang, 2021), 4.

melakukan perbaikan secara terus menerus, desakan akan durasi dalam menempuh pendidikan, merasa bahwa aktifitas yang dilakukan selama ini berasa sia-sia, merasa cemas akan mengalami kegagalan dimasa depan, kekhawatiran karir setelah lulus seperti pilihan antara melanjutkan pendidikan kejenjang yang lebih tinggi, atau mencari pekerjaan, atau bahkan memilih untuk menjalin hubungan asmara kejenjang yang lebih serius (menikah), dan tuntutan lainnya setelah lulus juga menjadi penyebab mahasiswa semester akhir mengalami *quarter life crisis*.

Hasil wawancara tersebut, yang dialami oleh mahasiswa itu ialah sebuah kecemasan, kekhawatiran mengenai masa depannya, baik itu perihal akademik, percintaan, atau hubungan relasi lainnya. Berbagai hal yang dialami oleh salah satu mahasiswa psikologi islam IAIN Kediri tersebut mengarah ke *quarter life crisis*. Hal ini sebagaimana dipaparkan oleh Robbinson bahwa individu yang mengalami *quarter life crisis* akan mulai mempertanyakan hidupnya, meragukan kemampuan diri sendiri, tertekan dengan kondisi dilingkungan, merasa terombang-ambing, merasa sia-sia dengan aktifitas yang telah dilakukan selama ini, merasa tidak ada harapan, memiliki emosi yang tidak stabil, kekhawatiran akan karir, relasi, pendidikan dan masa depan yang akan dihadapi kedepannya.⁸

Robbins dan Wilner menuturkan bahwa *Quarter Life Crisis* ialah dimana individu yang pada tahap perkembangannya tidak mampu merespon dengan baik berbagai persoalan dihadapi, diprediksi akan mengalami berbagai masalah psikologis, merasa terombang ambing dalam ketidak pastian serta merasakan resah, rapuh (*sense helplessness*) dan mengalami krisis emosional yang biasanya dialami oleh individu sekitar usia 18 tahun hingga 29 tahunan. *Quarter Life Crisis* merupakan kecenderungan yang muncul ketika

⁸ Damar Aditama, "Hubungan Antara Spiritual dan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi," *Jurnal El- Tarbawi*, 2, X (2017): 42.

seseorang telah tiba di usia sekitar 20 tahunan, dimana ada ketakutan, cemas terhadap kelangsungan hidup dimasa yang akan datang, kebingunan identitas, kekecewaan tergolong juga dalam hal pekerjaan, persahabatan dan aktivitas publik, yang dapat menyebabkan reaksi stress dan bahkan depresi.⁹

Disisi lain Allah telah menjamin kehidupan setiap hambanya, yang sepatutnya tidak mencemaskan masa depan karena sesungguhnya Allah Yang Maha Kuasa pemilik alam semesta telah menentukan hidup setiap hambanya ke depan. Meskipun dalam al-qur'an tidak dijelaskan secara langsung mengenai *Quarter life crisis*, namun, terdapat beberapa ayat yang menekankan agar manusia tidak cemas, ketakutan, serta bersusah hati baik itu mengenai masa depan atau yang lainnya. Salah satunya yaitu:

إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَءَاتَوْا الزَّكَاةَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ
وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Artinya: “*Sesungguhnya orang-orang yang beriman, mengerjakan amal shaleh, mendirikan shalat dan menunaikan zakat, mereka mendapat pahala disisi tuhannya. Tidak ada rasa takut pada mereka dan mereka tidak bersedih hati*”.

(QS. Al-Baqarah: 277).

Ayat tersebut dijelaskan bahwa sesungguhnya orang-orang beriman kepada Allah, rasul, beramal shaleh, menunaikan shalat sesuai dengan syariat dan membayar zakat kepada orang yang berhak menerimanya. Mereka akan mendapat ganjaran dari tuhannya dan tidak akan ada ketakutan bagi mereka dalam menghadapi urusan di masa depan dan tidak bersedih atas kesenangan dan kenikmatan yang tidak mereka dapatkan.

Setiap individu tidak luput dari permasalahan sesuai dengan yang dijelaskan Allah dalam surah Al- Baqarah ayat 155 bahwa Allah akan selalu menguji setiap hambanya

⁹ Oliver C. Robinson, dkk, “Adult life stage and crisis as predictors of curiosity and authenticity: Testing inferences from Erikson’s lifespan theory”, *International journal of Behaviour Development*, 2016, 2.

dengan segala bentuk ujian berupa ketakutan, kekurangan harta, kelaparan dan lain sebagainya. Namun disatu sisi Allah menyerukan hambanya agar meminta pertolongan dalam situasi apapun termasuk ketika mengalami situasi yang sulit. Sebagaimana yang ada dalam QS. Al-baqarah: 153 yaitu:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya: *“Wahai orang-orang yang beriman! Mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan sholat”*.

Dari ayat tersebut dijelaskan bahwa Allah akan menolong semua hambanya yang meminta pertolongan kepadanya asalkan hambanya mau bersabar dan melaksanakan kewajiban sholatnya. Sehingga siapapun yang menjalankan kewajiban-kewajiban ritual dalam agama seperti sholat maka Allah akan membantu setiap individu yang merasa terjebak dalam situasi atau persoalan hidup yang sulit. Ketika menghadapi semua persolan yang dialami individu akan merasa putus asa dan tertekan. Namun individu tidak seharusnya berputus asa karena Allah akan membantu semua hambanya yang mau berdoa. sebagaimana dijelaskan pada QS. Al-mukmin: 60, yaitu:

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ

Artinya: *“Dan Allah berfirman: Berdoalah kepadaku, niscaya akan aku perkenankan bagimu”*.

Ayat tersebut dijelaskan bahwa dengan kita berdoa kepada Allah, maka Allah akan mengkabulkan doa-doa tersebut. Disaat seseorang berputus asa dan tertekan akan masalah yang kita alami, sebagai manusia yang lemah maka individu akan berdoa dengan memohon pertolongan kepada Allah. Ketika kita berdoa dengan penghayatan (experiential) kita akan merasakan ketentraman dan merasa dekat dengan Allah. Dan dengan kita yakin bahwa Allah

akan mendengarkan dan mengkabulkan semua doa-doa yang dipanjatkan bias mengurangi rasa putus asa dan tertekan akan masalah yang sedang dihadapi.¹⁰

Sebagai seorang muslim juga tidak perlu khawatir akan kehilangan atau kurang relasi baik itu dalam hubungan kerja ataupun yang lain. Karena Allah memerintahkan umatnya untuk menjaga tali silaturahmi. Sebagaimana sabda Rasulullah:

تَعْبُدُ اللَّهَ لِأَنْتَشْرِكَ بِهِ شَيْئًا، وَتُقِيمُ الصَّلَاةَ، وَتُؤْتِي الزَّكَاةَ، وَتَصِلُ الرَّجِمَ ذَرَّةً

Artinya: “Beribadahlah pada Allah swt dengan sempurna jangan syirik, dirikanlah sholat, tunaikan zakat, dan jalinlah silaturahmi.” (HR. Bukhari)

Apabila kita mengamalkan perintah untuk bersilaturahmi maka kita bisa membangun relasi yang baik. Sehingga kita tidak perlu mengkhawatirkan relasi interpersonal yang sedang dibangun. Dari beberapa ayat yang telah dipaparkan sebelumnya yaitu seperti Allah memerintahkan untuk mengerjakan amal shaleh, sholat, berdoa untuk memohon pertolongan kepadanya, menjauhi suatu hal yang syirik, menunaikan zakat dan menjalin silaturahmi merupakan suatu bentuk yang dapat meningkatkan religiusitas. Bentuk-bentuk peningkatan religiusitas tersebut termasuk dalam bagian 4 dari 5 jumlah dimensi *religiusitas* yang dipaparkan oleh Glock & Stark yaitu Keyakinan (*ideological dimension*), praktik agama (*ritualistic dimension*), penghayatan (*experiential dimension*), dan pengalaman (*consequential*).¹¹ Hal ini menunjukkan bahwa agama Islam mengajarkan betapa pentingnya *religiusitas*. *Religiusitas* juga menjadi komponen penting yang bisa menolong seseorang untuk menjalankan prosedur coping sehingga terdapat hubungan antara religiusitas dan *quarter life crisis*.

Religiusitas ialah suatu hal yang menghubungkan antar hambanya dan sosok yang diyakini (tuhan) yang kemudian memunculkan sebuah perilaku untuk mematuhi

¹⁰ Abdul Khair, dkk, *Psikologi Islam: Teori, Refleksi dan Aksi* (Malang: Naila Pustaka, 2021), 160.

¹¹ M. Nur Ghufroon dan Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2017), 169.

perintahnya dan menjauhi larangannya. Dalam Islam, pada garis besarnya religiusitas tercermin dalam pengamalan akidah, syariah, dan akhlak. Apabila unsur-unsur tersebut terdapat dalam diri seseorang, maka dia disebut insan beragama yang sesungguhnya.¹² Dalam referensi lain, Suhardiyanto bahwa religiusitas ialah sebuah bentuk hubungan personal dengan sosok yang diyakini memiliki kekuatan lebih besar dari diri sendiri ataupun yang lainnya yang disebut Tuhan dengan konsekuensi memunculkan hasrat untuk takut dan taat terhadap larangan dan perintah darinya. Sehingga religiusitas dianggap sebagai tingkat pengetahuan, keyakinan, pelaksanaan ibadah dan akidah serta penghayatan atas agama yang kemudian dimunculkan melalui sebuah amal perbuatan.¹³

Taylor menyatakan bahwa *religiusitas* juga ikut berkontribusi dalam proses coping, dikarenakan *religiusitas* yang mempersiapkan sistem keyakinan dan perspektif tentang stress atau disisi lain tekanan sepanjang kehidupan sehari-hari dan bagaimana mengurangi tekanan dan bagaimana orang melihat hikmah setelah peristiwa-peristiwa yang dialami oleh semua manusia. Sehingga ketika sedang menghadapi masa krisis emosi atau *quarter life crisis*, individu dapat berasumsi dengan tegas bahwa dia akan senantiasa menjalani seberat apapun situasinya dan terlepas dari apakah itu berhasil atau tidaknya, individu tersebut akan selalu berusaha memilih jalan lainnya untuk menghadapi tantangan yang dihadapi.

Wen juga mengemukakan, seseorang dengan tingkat *religiusitas* yang baik dipandang lebih kuat dalam melawan keraguan atau sesuatu yang diluar kendali. Kualitas-kualitas baik yang diajarkan dalam agama dapat membantu manusia untuk dapat mengatasi semua permasalahan yang sedang terjadi dimasa *quarter life crisis*. Orang dengan tingkat *religiusitas* tinggi mampu menghindari angan-angan negative serupa dengan perasaan was-was. Selain itu juga berupaya menampilkan rasa percaya diri, yakin dan tidak menyerah

¹² Annisa Fitriani, "Peran Religiusitas Dalam Meningkatkan Psychological Well Being," *Al-AdYaN*, 1, X (Juni 2018): 13.

¹³ Fuad Nashori dan Mucharam R.D, *Mengembangkan Kreativitas Dalam Perspektif Psikologi Islami* (Yogyakarta: Menara Kudus, 2002).

begitu saja dalam menghadapi masa *quarter life crisis*. Pernyataan tersebut juga diperkuat dalam penelitian yang dilakukan oleh Duff & Hong. Penelitian lain juga menyampaikan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasan seseorang. Dengan berkurangnya kecemasan yang dialami seseorang akan menolongnya melalui masa *quarter life crisis* yang sarat dengan sensai cemas dan takut.¹⁴

Berlandaskan uraian diatas bahwa terdapat sangkut paut antara *quarter life crisis* dengan *religiusitas*. Sehingga peneliti ingin melakukan penelitian terhadap variabel *religiusitas* dengan *quarter life crisis*, dengan judul “Hubungan *Religiusitas* dengan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Psikologi Islam Semester Akhir IAIN Kediri”.

B. Rumusan Masalah

Terlihat dari latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, sehingga didapatkan rumusan masalahnya yaitu “Apakah terdapat Hubungan Antara *Religiusitas* dengan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Psikologi Islam Dewasa Awal di IAIN Kediri?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat diketahui tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan Religiusitas dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Psikologi Islam Dewasa Awal di IAIN Kediri.

D. Manfaat Penelitian

Pada dasarnya setiap penelitian tentu memiliki beberapa manfaat baik itu bagi peneliti maupun pembaca. Adapun manfaat dari penelitian ini ialah:

1. Dari Segi Teoritis

¹⁴ Dewi Lestari, “Peran Religiusitas Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis” (SKRIPSI Tidak Diterbitkan, Malang, Universitas Muhammadiyah Malang, 2021), 6.

Manfaat teoritis dari penelitian ini ialah dapat menambah khazanah ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi pada umumnya dan khususnya psikologi klinis.

2. Dari Segi Praktis

- a. Bagi peneliti, penelitian ini dapat digunakan sebagai sarana memperdalam wawasan dibidang psikologi. Serta diharapkan bermanfaat untuk dijadikan acuan serta pertimbangan dalam penelitian selanjutnya.
- b. Bagi lembaga dan lingkungan akademik, penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.
- c. Bagi subjek, penelitian ini diharapkan dapat memberikan dukungan sosial berupa semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang terhadap teman atau orang-orang disekeliling yang sedang mengalami *quarter life crisis*.

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara dari rumusan masalah penelitian. Selain itu, hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan penelitian, yang belum termasuk jawaban empiric dari data.¹⁵ Sehingga dari rumusan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka didalam penelitian ini didapat hipotesis nya yaitu:

1. H_a : Terdapat hubungan *Religiositas* dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa Psikologi Islam Dewasa Awal IAIN Kediri.
2. H_0 : Tidak terdapat hubungan *Religiositas* dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa Psikologi Islam Dewasa Awal IAIN Kediri.

F. Asumsi Penelitian

¹⁵ Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2014), 96.

Asumsi penelitian merupakan anggapan dasar ataupun dugaan sementara dalam sebuah penelitian yang nantinya akan diuji kebenaran dan dijadikan pijakan berpikir serta bertindak dalam proses pelaksanaan penelitian.¹⁶

Pada penelitian ini dengan judul “Hubungan *Religiositas* dengan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Psikologi Islam Semester Akhir IAIN Kediri” dan berdasarkan pengertian asumsi penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, maka asumsi yang diutarakan dalam penelitian ini ialah adanya hubungan antara *religiusitas* dengan *Quarter Life Crisis*.

G. Penelitian Terdahulu

1. Jurnal penelitian yang diterbitkan oleh *Gadjah Mada Journal of Psychology* dengan judul penelitian “*Peran Religiusitas terhadap Quarter Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa*”. Ditulis oleh Alfiesyahrianta Habibie dkk pada tahun 2019. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui peran religiusitas terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa. Pada penelitian ini menggunakan partisipan sebanyak 219 mahasiswa yang terdiri dari 95 laki-laki dan 124 perempuan perguruan tinggi dari berbagai program studi yang ada di Indonesia, dengan rentan usia 18-25 tahun. Instrumen yang digunakan ialah *Abrahamic religiosity scale* yang dikembangkan oleh Khodayarifard dan *Quarter life crisis scale* yang disusun oleh Agustin. Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif survey. Data analisis yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan uji regresi linier sederhana. Hasil yang diperoleh dari penelitian tersebut ialah ($p= 0,006$; $r= 0,034$). Dari hasil yang diperoleh tersebut menunjukkan bahwa religiusitas berperan secara signifikan terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa. *Religiusitas* dianggap sebagai salah satu aspek penting yang dapat mempengaruhi mahasiswa dalam menghadapi *quarter life crisis* sebagai masa yang penuh dengan berbagai rintangan.¹⁷

¹⁶ STAIN Kediri, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (Kediri: STAIN Press, 2016), 71.

¹⁷ Alfiesyahrianta Habibie, Nandy Agustin, dan Zainul Anwar, “Peran Religiusitas Terhadap Quarter Life (QLC) Pada Mahasiswa”, *Gadjah Mada Journal of Psychology*, Vol. 5, No. 2 (2019), <https://jurnal.ugm.ac.id/gamajop>.

Terdapat beberapa perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini diantaranya yaitu, populasi, sampel, metode dan instrumen. Pada penelitian terdahulu populasi dan sampelnya ialah mahasiswa perguruan tinggi dari berbagai macam program studi di beberapa perguruan tinggi Indonesia. Sedangkan penelitian ini menggunakan populasi dan sampel pada mahasiswa dari salah satu perguruan tinggi negeri di Kota Kediri yaitu IAIN Kediri dan untuk sampelnya yaitu mahasiswa dari program studi psikologi Islam angkatan 2019 dengan usia 20-25 tahun. Metode yang digunakan pada penelitian terdahulu yakni kuantitatif survey dengan penggunaan uji regresi linier sederhana. Sedangkan pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasi dengan penggunaan uji *correlation product moment*. Instrumen pada penelitian terdahulu menggunakan *Abrahamic religiosity scale*, sedangkan pada penelitian ini menggunakan skala *religiusitas* yang disusun oleh peneliti berdasarkan dimensi dan indikator Glock & Stark. Skala *quarter life crisis* yang digunakan peneliti disusun berdasarkan dimensi dari Robins and Wilner.

Persamaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilaksanakan ialah keduanya menggunakan metode kuantitatif dan memiliki kesamaan pada kedua variabel yaitu *Religiusitas* dan *Quarter Life Crisis*.

2. Psikoislamedia jurnal psikologi dengan judul penelitian “Hubungan *Self Efficacy* dengan *Quarter Life Crisis*”, ditulis oleh Firdaus Muttaqien & Fina Hidayati, mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada tahun 2010. Subjek yang digunakan ialah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2015 yang masih aktif. Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim angkatan 2015. Populasi yang digunakan mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2015 sebanyak 175 mahasiswa

dengan sampel lebih dari 25%. Teknik yang digunakan dalam penarikan pengambilan sampel ialah dengan menggunakan *Random Sampling*, dimana peneliti hanya mengambil minimal 10%. Teknik pengambilan data berdasarkan metode observasi. Pada penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini ialah menunjukkan bahwa mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2015 memiliki *self-efficacy* yaitu 84% sedangkan untuk *quarter life crisis* memiliki nilai yang tinggi dengan prosentase 94,7%. Koefisien korelasi antara kedua variable dengan nilai -0,421 dan nilai signifikan yakni 0,001 <0,01 maka demikian bahwa terdapat hubungan negative antara variable *Self-Efficacy* dengan *Quarter Life Crisis*.¹⁸

Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini ialah terletak pada variable x, dimana pada penelitian terdahulu variable x nya yaitu *Self-Efficacy* sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan variabel X nya ialah religiusitas. Untuk variable Y dan metode penelitiannya memiliki kesamaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan. Selain itu, teknik pengambilana sampel dan teknik pengumpulan data juga memiliki perbedaan. Pada penelitian terdahulu teknik pengambilan sampel menggunakan *Random Sampling* dan teknik pengumpulan data menggunakan metode observasi. Sedangkan pada penelitian ini, teknik pengambilan sampel menggunakan *Sampling Insidental* dan teknik pengumpulan data menggunakan angket.

3. Jurnal Psikoislamika dengan judul penelitian “Peran Kecerdasan Spiritual Pribadi Muslim dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis*”, yang ditulis oleh Hidayatul Fikra dari Universitas Islam Negeri Sunan gunung Jati, pada tahun 2022. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan peran kecerdasan spiritual pribadi muslim dalam mengatasi permasalahan *quarter life crisis*. Penggunaan metode kualitatif dengan sumber data

¹⁸ Firdaus Muttaqien dan Fina Hidayati, “Hubungan Self Efficacy Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Angkatan 2015,” *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, Vol.05 No. 01 (2020), <https://dx.doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i1.6302>.

berasal dari observasi dan wawancara terhadap lima orang subjek dengan kriteria beragama islam, berusia 18-29 tahun, dan pernah mengalami *quarter life crisis*, serta dari literatur lain yang terkait dengan tema penelitian. Hasil yang didapat dari penelitian ialah semua subjek pernah mengalami *quarter life crisis* terutama dalam masalah pekerjaan dan asmara. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu, pendidikan dan kemampuan yang tidak relevan dengan pekerjaan yang diinginkan, kriteria calon pasangan yang ditetapkan, dan kekhawatiran masa depan karna tidak sesuai dengan harapan keluarga. Namun, kecerdasan spiritual yang dimiliki ternyata berperan dalam membantu mengatasi kebingungan yang dirasakan. Kecerdasan tersebut juga menambah keyakinan pada subjek bahwa ada hikmah dibalik semua kesulitan yang dihadapi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kecerdasan spiritual berperan dalam mengatasi *quarter life crisis* bagi seorang muslim sehingga perlu adanya peningkatan kecerdasan spiritual sejak dini.¹⁹

Perbedaan antara peneliti terdahulu dengan penelitian ini adalah terletak pada variable X. Pada penelitian terdahulu variable X kecerdasan spiritual sedangkan pada penelitian penulis lakukan variable x nya ialah *religiusitas*. Selain pada variabel, metode penelitian yang digunakan juga berbeda. Pada penelitian terdahulu menggunakan metode kualitatif, sedangkan pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif.

Persamaannya, antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan penulis ialah terletak pada variable Y dan metode penelitiannya yaitu variable Y nya *religiusitas* dan menggunakan metode penelitian kuantitatif.

4. Jurnal on Education dengan judul “Peran *Religious Coping* Terhadap *Quarter Life Crisis*”. ditulis oleh Sabrina Etika Umami, dkk pada. Tujuan dari penelitian ini adalah

¹⁹ Hidayatul Fikra, “Peran Kecerdasan Spiritual Pribadi Muslim dalam Menghadapi Quarter Life Crisis”, *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, Vol.19, No. 1 (2022), <https://doi.org/10.18860/psi.v19i1.14179>.

untuk mengetahui peran *religious coping* terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa. Terdapat 49 orang mahasiswa dari salah satu sekolah tinggi di Padang dengan background islam sebagai partisipan. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan menggunakan analisis regresi linier berganda. Hasil dari penelitian ini yakni *religious coping* secara signifikan berperan pada skor *quarter life crisis*. Hal ini ditunjukkan dengan nilai F hitung sebesar 4,875 dengan taraf signifikan sebesar 0,012. Kontribusi positif dan negatif *religious coping* secara parsial saja ternyata tidak memiliki peran yang signifikan terhadap *quarter life crisis*. *sebaliknya*, kontribusi negatif *religious coping* secara parsial tetap signifikan terhadap *quarter life crisis*.²⁰

Perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan penulis ialah terletak pada variabel X dan penggunaan metode pada analisis datanya. Penelitian terdahulu variabel X nya adalah *religious coping*, sedangkan penelitian ini adalah *religiusitas* saja. Analisis data pada penelitian terdahulu menggunakan analisis regresi linier berganda, sedangkan pada penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*. Variabel Y dan jenis penelitian yang digunakan penelitian terdahulu dengan penelitian ini, sama-sama menggunakan Variabel Y *quarter life crisis* dan pendekatan kuantitatif.

5. Jurnal dari An-Nafs dengan judul penelitian “*Religiusitas dan kecemasan kematian pada Dewasa Madya*”. Ditulis oleh Liza Merizka dkk, Mahasiswa Program studi Psikologi Fakultas kedokteran Univeristas Syiah Kuala, Banda aceh pada tahun 2019. Penelitian ini bertujuan untuk untuk mengetahui hubungan antara *religiusitas* dengan kecemasan kematian pada dewasa madya. Teknik pengambilan sampel menggunakan *insidental sampling*, dengan sampel sebanyak 60 individu dewasa madya (35 laki-laki dan 25 perempuan). Pengumpulan data menggunakan skala *The Revised Muslim Religiosoty-*

²⁰ Sabrina Etika Utami dkk., “Peran Religious Coping Terhadap Quarter Life Crisis pada Mahasiswa,” *Journal on Education*, Vol. 05, No. 03 (2023), <http://joneu.org/index.php/joe>.

Personality Inventory (MRPI) yang disusun oleh Krauss dan Hamzah dan *Templer's Death Anxiety Scale* (DAS) yang disusun oleh Templer. Analisis data menggunakan korelasi Spearman. Menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis korelasional. Hasil yang diperoleh ialah $(r) = 0,461$ $p = 0,004$ ($p < 0,05$) sehingga diartikan bahwa terdapat hubungan negative antara *religiusitas* dengan kecemasan kematian pada dewasa madya. Semakin tinggi skor *religiusitas* maka semakin rendah skor kecemasan kematian, demikian juga sebaliknya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *religiusitas* berkaitan dengan kecemasan kematian pada dewasa madya.²¹

Terdapat beberapa perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis, yaitu variabel Y, metode, dan instrumen. Pada penelitian terdahulu variabel Y nya ialah kecemasan kematian, sedangkan penelitian ini menggunakan *quarter life crisis*. Metode yang digunakan dalam penelitian terdahulu ialah korelasi *Spearman-Brown*, sedangkan pada penelitian ini menggunakan korelasi *product moment*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian terdahulu pada variabel X ialah MRPI yang disusun oleh Krauss dan Hamzah, sedangkan pada penelitian ini menggunakan skala *religiusitas* dengan dimensi yang disusun oleh Glock & Stark. Penggunaan subjek pada penelitian terdahulu ialah dewasa madya dengan rentang usia 40-60, sedangkan pada penelitian ini menggunakan subjek dewasa awal yang rentang usia 20-25 tahun.

Persamaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan ialah terletak pada variabel X dan metode penelitian, yaitu sama-sama menggunakan variabel *religiusitas*, teknik *insidental sampling* sebagai teknik penarikan sampel, dan menggunakan metode kuantitatif.

²¹ Liza Merizka, Maya Khairani, dan Dahlia Syarifah Faradina, "Religiusitas Dan Kecemasan Kematian Pada Dewasa Madya," *An-Nafs: Jurnal Fakultas Psikologi*, Vol. 13, No. 2 (2019), <https://journal.uir.ac.id/index.php.annafs/article/view/4169>.

H. Definisi Istilah/Operasional

Sugiyono mengartikan Definisi operasional dalam variabel penelitian merupakan seperangkat petunjuk yang lengkap tentang apa yang akan diamati dan mengukur sebuah variabel atau konsep yang kemudian untuk diuji kesempurnaan. Diperlukannya definisi operasional karena untuk menyelaraskan makna yang berbeda-beda. Adapun definisi operasional pada penelitian ini, ialah:

1. *Religiusitas*

Religiusitas merupakan suatu kepercayaan kepada sosok ghaib yang dianggap dan diyakini memiliki kekuatan lebih kuat diantara seluruh makhluk dimuka bumi ini, yang biasa disebut dengan tuhan. Variable *religiusitas* untuk dapat diukur, maka menggunakan skala *religiosity*. Skala *religiosity* disusun oleh peneliti berdasarkan dimensi dan indikator yang dipaparkan oleh Glock & Stark dalam teori *religiusitas* nya. Dimensi tersebut diantaranya yaitu dimensi keyakinan, dimensi pengetahuan agama, dimensi feeling atau penghayatan, dimensi peribadatan atau praktek agama, dan dimensi pengalaman.

2. *Quarter Life Crisis*

Menurut Robinson *Quarter Life Crisis* merupakan suatu perasaan yang muncul pada saat individu berusia sekitar 20-29 tahun, dimana ada perasaan takut, cemas terhadap kelanjutan hidup dimasa depan, kebingungan identitas, kekecewaan termasuk juga dalam urusan karir, relasi dan kehidupan sosial yang dapat menimbulkan respon berupa stres bahkan depresi. Variable *quarter life crisis* dapat diukur menggunakan skala *quarter life crisis* yang disusun berdasarkan dimensi dari Robins and wilner. Terdapat 7 dimensi yang telah dipaparkan oleh robins and willner, yaitu kebingungan dalam mengambil keputusan, putus asa, penilaian diri yang

negatif, terjebak dalam situasi yang sulit, perasaan cemas, tertekan dan khawatir terhadap relasi interpersonal yang akan dan sedang dibangun.