

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan suatu penyebutan yang diberikan pada seseorang yang sedang menempuh pendidikan pada suatu perguruan tinggi. Mahasiswa yang sedang dalam proses mengerjakan tugas akhir atau skripsi disebut dengan mahasiswa tingkat akhir (Pambudhi et al., 2021). Tugas akhir atau skripsi yang dikerjakan dan dilalui oleh mahasiswa tingkat akhir menjadi syarat kelulusan yang wajib ditempuh dalam menyelesaikan studi dan mendapatkan gelar sarjana (Maesyaroh, 2021).

Mahasiswa tingkat akhir rata – rata telah berusia 20-25 tahun (Permatasari et al., n.d.) dan sejalan dengan tahapan perkembangan yang dicetus oleh Arnett (2004) dengan sebutan *Emerging Adulthood* yang merupakan masa eksplorasi dan dilalui oleh individu dengan rentang usia 18 – 25 tahun. Setiap tahapan perkembangan pastinya memiliki tugas perkembangan yang harus dilalui oleh setiap individu yang memasuki usia – usia tertentu. Dari beberapa tugas perkembangan pada tahapan *Emerging Adulthood* menurut Miller (dalam Arini, 2021) mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi harus dapat melaksanakan peningkatan dalam karir dan akademik.

Masa dalam *emerging adulthood* yang dilalui oleh setiap individu terkhusus pada mahasiswa tingkat akhir terdapat tuntutan yang berasal dari lingkungan. Tuntutan yang didapatkan bisa berupa ketrampilan maupun kematangan seiring berjalannya proses menuju dewasa. Mahasiswa tingkat akhir telah melalui tahapan perkembangan remaja namun belum dapat dikatakan sebagai dewasa dikarenakan belum adanya kemampuan dalam mengemban tanggungjawab, sehingga memiliki waktu untuk mengeksplorasi terkait pekerjaan maupun pandangan lain (Agustin, 2012). Tanner (2008) berpendapat bahwa eksplorasi diri yang dilakukan dapat memicu ketidakstabilan karena perubahan pada segi hubungan

interpersonal, pendidikan serta karir lebih banyak dibandingkan dengan tahapan perkembangan lain. Walaupun demikian tahapan pada *emerging adulthood* dimaknai sebagai positif meskipun ketidakstabilan dapat berakibatkan stress dan kecemasan tersendiri.

Tidak semua mahasiswa tingkat akhir mampu menyelesaikan tantangan pada tahapan *emerging adulthood*, beberapa diantaranya mengalami kebingungan dan mencoba mencari *alternative* lain untuk dapat menyelesaikan dan berhasil melanjutkan hidupnya (Sujudi, 2020). Sementara beberapa mahasiswa tingkat akhir lainnya mungkin mengalami masa yang berat dan dijelaskan pula bahwa fase *emerging adulthood* rentan mengalami krisis karena menginginkan kebebasan namun cemas terhadap masa depan. Robbinson (2015) mengungkapkan hal ini terjadi ketika mahasiswa harus mulai melepaskan diri dari ketergantungan orangtua menuju kemandirian dari segi finansial dan psikologis.

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Atwood dan Scholtz (dalam Afnan, 2020) dimana sebagian mahasiswa akan memunculkan respon negatif dalam diri mereka sehingga krisis akan terjadi pada mahasiswa dengan perasaan tak berdaya, terisolasi, ragu akan kemampuan diri sendiri, dan takut akan adanya kegagalan. Kondisi tersebut dikenal dengan istilah *Quarter Life Crisis* (Black, 2010). Menurut Allison (2016) *quarter life crisis* umumnya dapat menyerang siapa saja yang sedang berada pada usia 20 tahunan atau yang disebutkan oleh Robbins dan Wilner sebagai *twentysomethings*, terutama pada individu yang sedang berproses atau baru saja menyelesaikan pendidikannya di perguruan tinggi. Robbins dan Wilner (2001) menyebutkan hal itu sebagai transisi dari dunia akademik kepada dunia kerja sehingga individu akan diricuhkan dengan berbagai pertanyaan seputar bagaimana masa depannya dan apa yang telah dilakukan di masa lalu yang nantinya akan berpengaruh di masa depan.

Robbins dan Wilner (2001) merupakan pencetus istilah *quarter life crisis* menjelaskan dalam bukunya bahwa *quarter life crisis* merupakan masa yang penuh kebingungan. Individu akan dihadapkan dengan tanggung

jawab baru setelah lulus dari perguruan tinggi di usia 20 tahunan. Banyak harapan yang dibuat oleh individu pada masa tersebut, walaupun individu akan takut menghadapinya. Berusaha untuk lulus dari perguruan tinggi, dan ada persaingan yang dihadapi seperti harus dapat lebih menonjol dari orang-orang disekitar, pasca kelulusan dari perguruan tinggi akan melanjutkan pendidikan atau bekerja. Setelah lulus sebagian individu khususnya laki-laki akan dihadapkan dengan kewajiban pencarian nafkah dan bagaimana cara mereka untuk berhasil mendapatkan pekerjaan. Tidak semua individu mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan keahliannya ditambah individu yang kurang memahami keminatannya sendiri, seperti mencari perguruan tinggi yang focus pada satu bidang sehingga saat lulus akan mendapatkan *previllage*. Bagi individu yang memiliki pekerjaan pun merasakan ragu terhadap pekerjaan yang saat ini dilakukan, antara melepaskan atau bertahan walaupun pekerjaan saat ini tidak sesuai dengan bidang minat atau tidak puas dengan beberapa pekerjaan pertama mereka. Selain kebingungan dalam pra kelulusan dan pasca kelulusan, individu juga memiliki banyak pertanyaan terkait dengan spiritualitas (agama) atau hubungannya dengan tuhan dan keraguan dalam menjalankan hubungan dengan lawan jenis kepada jenjang yang lebih serius yang disebut dengan pernikahan (Robbins dan Wilner, 2001).

Beberapa hal yang mempengaruhi *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir diantaranya terdapat pada faktor eksternal yakni tantangan akademis dan kehidupan mengenai karir atau pekerjaan (masa depan). Didukung gagasan Nash dan Murray (2010) mahasiswa tingkat akhir akan mempertanyakan hal – hal yang menurutnya sebagai tantangan mengenai akademik sehingga akan merasakan keraguan dan ketakutan jika pengalaman kuliah yang selama ini dilalui tidak dapat memenuhi kebutuhan dan impian, sementara karir maupun pekerjaan juga merupakan factor penting yang mempengaruhi *quarter life crisis*. Mahasiswa akan mulai memilih pekerjaan mana yang sekiranya akan sesuai dengan ekspetasinya,

seperti pekerjaan yang mapan atau menghasilkan banyak uang walaupun disisi lain mahasiswa kurang memahami dunia pekerjaan.

*Quarter Life Crisis* disebutkan oleh Fischer (2008) dengan kondisi yang meliputi perasaan khawatir terhadap masa depan yang dirasakan mahasiswa yang berhubungan dengan pekerjaan maupun kehidupan social yang memiliki karakteristik dengan timbul perasaan panic, rasa khawatir, serta merasa tidak aman dengan masa sekarang, masa depan dan tujuan jangka panjang. *Quarter Life Crisis* mengakibatkan individu seringkali mempertanyakan masa depan dan bagaimana akibat dari masa lalu yang nantinya akan terbawa di masa depan (Agarwal et al., 2020). Mahasiswa yang sedang melalui fase *quarter life crisis* ini jika tidak bisa melalui tantangan maupun perubahan pada hidupnya akan mudah merasa terisolasi dan muncul krisis emosional yang negatif yang membawa dampak pada kesehatan mentalnya. Masalah pada kesehatan mental bisa disebabkan akibat mahasiswa yang memiliki keinginan untuk mencoba mengatur segala aspek kehidupan di dalam waktu yang sama, namun diselingi dengan terlalu lama dalam mengambil keputusan, sehingga terdapat pergejolakan dalam emosional yang nantinya membawa pada kondisi mahasiswa seperti depresi, stress dengan tingkatan yang tinggi hingga berakibat pada kondisi krisis yang berkepanjangan (Murphy, 2011). Selain itu dalam penelitian Timmins, dkk (Suyono et al., 2021) diketahui bahwa kesejahteraan mental pada mahasiswa tingkat akhir lebih buruk dibandingkan mahasiswa tingkat awal. Hal ini dapat disebabkan karena banyaknya tuntutan yang dihadapi dalam hal akademik, pilihan mengenai pekerjaan yang ingin ditempuh, hingga hubungan interpersonal.

*Quarter life crisis* banyak dialami kalangan mahasiswa yang sedang berproses untuk menyelesaikan pendidikannya (Robbins dan Wilner, 2001) dibuktikan dalam penelitian Sujudi (2020) ditemukan terdapat 84% mahasiswa tingkat akhir Universitas Sumatera Utara merasakan fenomena *quarter life crisis*, yang dicirikan dengan rasa

khawatir terhadap perkuliahan dan persoalan masa depan sehingga mahasiswa berujung memiliki keinginan untuk menyerah. Selain itu fakta lain juga diungkap oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes) yang turut memiliki data bahwa pada tahun 2018 sebanyak 6,2% mahasiswa tingkat akhir mengalami kondisi depresi hingga bunuh diri. Psikiater menyebutkan dorongan mahasiswa tingkat akhir untuk melakukan bunuh diri muncul dari tekanan supaya mahasiswa segera lulus dari perkuliahan supaya tidak mengalami drop out sesuai dengan ketentuan kampus. Dorongan tersebut juga disebabkan perasaan yang kuat dari mahasiswa yang merasa tidak mampu menyanggah tekanan yang ada kaitannya dengan masa depan (Putri, 2020).

Fenomena *quarter life crisis* dapat ditemukan berdasarkan aspek – aspek *Quarter Life Crisis* yang dikemukakan oleh Robbins dan Wilner (dalam Artiningsih dan Savira, 2021) yang meliputi kebingungan dalam pengambilan keputusan, merasa putus asa, memiliki penilaian negatif terhadap diri, merasa terjebak dalam kehidupan yang dijalani, merasa cemas akan masa depan, tertekan akan adanya tuntutan, dan memiliki rasa khawatir pada relasi interpersonal. Peneliti melakukan wawancara terhadap mahasiswa tingkat akhir untuk memperkuat fenomena namun dibatasi hanya pada fenomena terkait akademik yang berhubungan dengan tugas akhir dan bagaimana arah tujuan hidup yang akan dilakukan oleh mahasiswa tingkat akhir di masa yang akan mendatang. Peneliti membatasi fenomena karena sesuai dengan factor yang mempengaruhi *quarter life crisis* diantaranya tantangan akademik dan pekerjaan yang menghasilkan krisis pada mahasiswa tingkat akhir. Hasil wawancara terkait aspek pertama, yaitu memiliki penilaian negatif terhadap diri yang dimaknai sebagai keraguan dan mempertanyakan kemampuan diri melalui tantangan dalam hidup. Mahasiswa tingkat akhir menekankan pada anggapan bahwa dirinya tidak dapat melakukan hal yang seperti orang lain dapat lakukan serta tidak mampu untuk menyelesaikan berbagai tantangan kuliah dengan baik. Keraguan muncul saat pengerjaan skripsi dan banyak sekali masukan

dari dosen pembimbing dan membuat mahasiswa berfikir teman-teman lainnya tidak banyak mendapatkan revisi dan seakan terlihat lebih mudah proses pengerjaan skripsi. Mahasiswa juga memberikan contoh saat teman satu angkataannya telah melakukan seminar proposal atau bahkan telah melalui sidang skripsi dan kelulusan yang menimbulkan perasaan iri dan merasa bahwa dirinya tidak hoki, kemampuan intelektual yang kurang, dan anggapan-anggapan negative lainnya. Pencapaian dari orang terdekat sebagian besar dianggap motivasi namun tidak sedikit juga pencapaian orang lain dianggap sebagai beban dan tuntutan yang akan dia dapatkan dan ragu akan dapat menyelesaikannya. Sejalan dengan pendapat Riewanto (dalam Putri, 2020) bahwa krisis yang dialami mahasiswa tingkat akhir disebabkan berbagai tekanan yang diawali dari skripsi hingga menempuh pendidikan sampai akhir dengan tepat waktu serta ditambah dengan tuntutan lain setelah kelulusan.

Dalam perjalanan akademisnya mahasiswa merasa telah mengambil keminatan yang salah. Mahasiswa tingkat akhir menuturkan saat menjalani proses perkuliahan semester 6 dan 7 banyak sekali mahasiswa yang merasa salah mengambil jurusan perkuliahan, walaupun di awal semester mahasiswa merasakan keyakinan namun saat menempuh skripsi kebanyakan mengalami keraguan, sehingga berakibat pada rasa khawatir dan kesulitan saat pengerjaan skripsi. Menurut Nash dan Murray (2010) tantangan di bidang akademik juga berkaitan pada bagaimana nantinya ilmu yang sudah didapatkan di dunia perkuliahan akan terbawa pada pemenuhan di masa depan.

Pada aspek kedua yakni cemas terhadap masa depan yang dimaknai sebagai banyak harapan yang dimiliki oleh mahasiswa namun dirasa sulit untuk dijadikan sebagai realita. Mahasiswa sebisa mungkin untuk menghindari kegagalan yang mungkin akan menimpanya. Banyak harapan yang dibuat oleh mahasiswa dan keinginan untuk menggapai semua harapan, namun disisi lain ada perasaan khawatir tidak akan memberikan hasil yang terbaik. Hasil wawancara menurut beberapa mahasiswa selama

pandemic *covid-19* mahasiswa memiliki kecemasan terhadap masa depan, dimana mahasiswa menemukan informasi terkait lowongan pekerjaan yang tidak banyak merekrut karyawan selama pandemic dan membuat mahasiswa berfikir tidak akan berhasil untuk lolos pada lowongan pekerjaan ditambah dengan mahasiswa tidak memiliki persiapan karir apapun. Mahasiswa juga menuturkan bahwa takut tidak mendapatkan pekerjaan yang diharapkan. Menurut pendapat Savickas (Umah, 2021) mahasiswa memiliki keinginan saat lulus kuliah akan menemukan pekerjaan yang sesuai dengan jurusan yang dipilih, dan sesuai dengan kriteria mahasiswa.

Mahasiswa yang tidak memiliki persiapan akan karir di masa depan akan membuat mahasiswa kembali mempertanyakan bagaimana tujuan hidupnya kelak ketika nantinya telah menyelesaikan perkuliahan dan menimbulkan pertanyaan dalam benak mahasiswa apakah setelah prosesi kelulusan akan menganggur atau langsung mendapatkan pekerjaan. Cemas terhadap masa depan juga dirasakan dengan ketakutan mahasiswa akan tidak sesuainya harapan dalam mencapai target yang dibuat dan takut tidak bisa menyusul teman yang sudah melaksanakan seminar proposal atau sidang juga turut membuat mahasiswa seringkali membandingkan progressnya dengan orang lain.

Pada aspek ketiga yakni tertekan akan tuntutan yang dimaknai sebagai individu yang selalu merasakan bahwa kian hari tuntutan semakin berat. Tuntutan pada mahasiswa tingkat akhir dicontohkan dengan lulus tepat waktu (4 tahun) dan langsung mendapatkan pekerjaan setelah kelulusan. Namun realitanya, mahasiswa mengakui bahwa terkadang timetable yang dibuat tidak sesuai target sehingga mahasiswa merasakan stress akan hal tersebut. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Augesti, dkk (dalam Suyono et al., 2021) yang menunjukkan mahasiswa tingkat akhir dengan usia dewasa awal rentan mengalami *quarter life crisis*. Hal ini terjadi karena mahasiswa tingkat akhir dihadapkan pada banyak sekali tuntutan dan permasalahan, salah satu tuntutan tersebut adalah skripsi atau tugas akhir. Skripsi yang dilalui juga

dirasa sulit sehingga sebagian mahasiswa stagnan pada skripsinya. Sulit yang dimaksud oleh mahasiswa yakni revisi yang terus menerus dilakukan, keterbatasan referensi yang sejalan dengan penelitian yang dilakukan mahasiswa. Menurut Aulia (2019) stress yang dirasakan oleh mahasiswa akan menyebabkan kecemasan, depresi, kesulitan tidur, kehilangan kepercayaan diri serta kinerja akademik yang buruk, selain itu menurut Habibie (2019) kondisi stress yang dirasakan kemungkinan akan memunculkan berbagai problematika baru yaitu masalah emosi dan perilaku, seperti perilaku agresi, tindak kekerasan, respon emosional, kesejahteraan psikologis yang rendah, penarikan diri terhadap lingkungan, dan trauma. Muzni (dalam Maesyaron, 2021) menyebutkan apabila hal tersebut terjadi akan berpengaruh pada penyelesaian masa studi sesuai dengan target yang ditetapkan. Respon stress yang terlihat pada mahasiswa tingkat akhir seperti kehilangan motivasi dan konsentrasi sehingga berakibat pada penundaan penyelesaian skripsi. Kondisi seperti ini mengakibatkan mahasiswa menghadapi tekanan baik secara fisik atau psikis (Fadillah, 2013).

Pada aspek keempat yakni merasa putus asa, dimaknai sebagai kegagalan yang dirasakan mahasiswa setelah selesai melakukan sesuatu dan dirasa sia – sia. Hasil wawancara dengan mahasiswa, mahasiswa memiliki keinginan untuk menyerah dalam prosesnya karena merasa penikirlannya tidak mampu menyelesaikan tantangan akademik dan juga merasa tidak mampu untuk mencapai target yang sudah dibuat jauh-jauh hari. Kecewa juga turut dirasakan oleh mahasiswa karena dosen pembimbing yang tidak segera meng-acc skripsi yang dikerjakan. Akibatnya, mahasiswa terus menunda untuk bertemu dosen pembimbing, menghindari dari revisi. Apabila putus asa yang terus menerus dirasakan dan tidak ada usaha memperbaiki diri dapat berimbas pada kegagalan (Umah, 2021).

Pada aspek yang kelima yakni kebimbangan dalam pengambilan keputusan. Mahasiswa tingkat akhir berada dalam usia 21-25 tahun yang termasuk pada transisi untuk dapat menjadi mandiri dalam pengambilan



keputusan. Menurut mahasiswa dalam pengerjaan skripsi, feedback yang diberikan oleh dosen kepada mahasiswa yang seringkali membuat mahasiswa kembali mempertanyakan keputusan yang diambil terkait topik skripsi. Topik skripsi yang semula dirasa akan mudah untuk dilalui namun berujung pada kesulitan mahasiswa dan membuat mahasiswa terlalu memikirkan dan memicu gelisah. Selain itu mahasiswa mengaku kurang mendalami pengetahuan dalam ilmu metode penelitian yang mengakibatkan kesulitan mahasiswa pada pengerjaan skripsi. Pengambilan keputusan terkait waktu pengerjaan skripsi pun turut dirisaukan mahasiswa yang terkadang membuat mahasiswa menunda pengerjaan skripsi. Berdasarkan penelitian Etika dan Hasibuan (dalam Maesyaroh, 2021) mahasiswa tingkat akhir memiliki permasalahan dalam mengatur waktu dan mengontrol rasa malas untuk melanjutkan revisi skripsi hingga merasakan kelelahan. Mahasiswa juga mempunyai rencana walaupun merasa bimbang bahwa setelah kelulusan apakah akan melanjutkan pada studi s2 atau langsung mencari pekerjaan walaupun disisi lain beberapa mahasiswa kurang memiliki persiapan dalam hal pekerjaan.

Pada aspek keenam yakni merasa terjebak dalam kehidupan yang dijalani. Tidak jarang mahasiswa merasakan proses skripsi dan penentuan masa depan saat ini yang dijalani adalah situasi yang berat, mahasiswa harus tetap menyelesaikan perkuliahan dan segera lulus. Kendala tersebut diakui sebagai beban bagi mahasiswa. Mahasiswa seringkali gelisah dan terkadang memiliki emosi yang tidak stabil (marah, menangis) saat menjalankan kewajiban sebagai mahasiswa tingkat akhir yakni skripsi. Dalam penelitian Sumartha (2021) mahasiswa yang mengerjakan skripsi penuh sekali dengan tantangan dan tekanan yang dapat membawa pada pergejolakan emosi yang negative dan periode *quarter life crisis* akan susah untuk dilalui oleh individu. Stress sangat berkaitan dengan *quarter life crisis* jika mahasiswa tidak memiliki kemampuan untuk mengontrol emosinya (Aristawati et al., 2021) sehingga nantinya akan terus merasa terjebak pada kehidupan saat ini yang harus dijalani dan diselesaikan.

Aspek ketujuh atau aspek yang terakhir yakni khawatir terhadap relasi interpersonal. Relasi interpersonal berkaitan dengan bagaimana hubungan dengan lawan jenis, teman maupun keluarga. Menurut pengakuan mahasiswa tingkat akhir, relasi yang dibentuk mahasiswa di semester muda menjadi terbelah sejak menempuh semester akhir karna sudah tidak mampu lagi untuk menjalin relasi yang baik, alasan yang diberikan yakni saat menduduki semester akhir tidak ada lagi kegiatan perkuliahan selain bimbingan skripsi sehingga masing-masing teman memiliki kesibukan sendiri, selain itu alasan lain yang diberikan ketika teman mulai membicarakan progress skripsi dan beberapa mahasiswa merasa tidak nyaman dengan hal tersebut dan merasakan gelisah karena progress tiap individu berbeda-beda hingga pada akhirnya mahasiswa merasa kesepian karna menghindari dari relasi. Mahasiswa juga menuturkan bahwa kekhawatirannya dengan sedikitnya relasi akan berdampak pada pencarian pekerjaan. Namun tak sedikit juga terdapat mahasiswa yang menganggap bahwa relasi saat proses pengerjaan skripsi adalah hal yang penting. Relasi menurut mahasiswa tingkat akhir dianggap teman diskusi setelah melakukan bimbingan dengan dosen, dan membantu untuk mengarahkan ketika ada penjelasan dari dosen yang tidak dipahami oleh mahasiswa yang bersangkutan. Arnett (dalam Artiningsih dan Savira, 2021) menyebutkan bahwa teman atau relasi merupakan salah satu sumber dukungan yang penting ketika memasuki usia dewasa. Selain dapat meningkatkan *self esteem* dan kebahagiaan, memiliki hubungan pertemanan yang baik dapat membantu individu mencapai peran atau tantangan baru yang dihadapi.

Fenomena – fenomena *quarter life crisis* yang sudah dipaparkan bertolak belakang dengan teori bahwa mahasiswa tingkat akhir dengan rentang usia 20-tahunan menurut Arnett (2004) memiliki rasa antusias dalam menghadapi tantangan yang saat ini harus diselesaikan dan antusias dalam merancang masa depan dan nantinya akan terbawa pada peningkatan akademis dan karir masa depan mahasiswa tingkat akhir. Berbeda dengan kondisi di lapangan, mahasiswa tingkat akhir merasakan skripsi adalah

sebuah kewajiban untuk mendapatkan gelar sarjana, namun disisi lain skripsi adalah hal yang menakutkan bagi mahasiswa. Skripsi adalah tekanan yang besar dan menimbulkan stress saat proses pengerjaannya, ditambah factor lingkungan (eksternal) yang terus menyuarakan terkait pertanyaan masa depan dan mengakibatkan cemas pada mahasiswa tingkat akhir karena mahasiswa tingkat akhir belum dapat memilih langkah apa yang harus dilakukan setelah kelulusan.

Berdasarkan penelitian sebelumnya memperlihatkan terdapat *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir pada salah satu program studi di Universitas X, sementara penelitian saat ini akan meneliti terkait *quarter life crisis* pada berbagai universitas di Kabupaten X sehingga penelitian ini diharapkan dapat melengkapi penelitian terkait *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir yang memiliki batasan permasalahan pada penyelesaian skripsi dan persiapan masa depan.

Urgensi dalam penelitian ini adalah untuk menggambarkan *quarter life crisis* yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir. Penelitian dengan topic ini perlu dilakukan untuk mengetahui tingkat *quarter life crisis* yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir dan aspek mana yang paling dominan dalam tingkatan tersebut yang pada akhirnya akan berpengaruh pada tugas perkembangan *emerging adulthood*. Selain itu dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat menjadi sebuah pembelajaran bagi mahasiswa tingkat akhir ketika berada dalam fase *quarter life crisis* dan tetap optimis dan meminimalisir dampak negative sehingga mahasiswa dapat menuntaskan skripsi. Berdasarkan pemaparan yang sudah dijelaskan, maka peneliti ingin meneliti tentang gambaran *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : Bagaimana gambaran *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi?

### C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi, mengetahui aspek yang paling berkontribusi dalam tingkat *quarter life crisis* mahasiswa tingkat akhir serta dapat memberikan kontribusi penelitian pada bidang ilmu Psikologi khususnya Psikologi Perkembangan.

### D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### 1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan penelitian mengenai *quarter life crisis* dan dapat memberikan bahan rujukan maupun teori mengenai fenomena *quarter life crisis*.
- b. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan pengetahuan bagi perkembangan ilmu psikologi perkembangan.

#### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat untuk individu yang mengalami fase *quarter life crisis* supaya dapat memahami fenomena dan bagaimana penanganan yang tepat dalam menghadapi fase *quarter life crisis*.

### E. Keaslian Penelitian

Penulisan skripsi “Gambaran *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sedang Mengerjakan Skripsi” merupakan karya asli yang dilakukan oleh peneliti sendiri yang didapatkan dari beberapa referensi jurnal, buku serta fakta social yang ada. Sebagai perbandingan dapat dikemukakan beberapa hasil penelitian oleh peneliti terdahulu dengan tema yang sama dengan penelitian skripsi ini.

1. Muhammad Abdullah Sujudi (2020) berjudul “***Quarter Life Crisis di Masa Pandemi Covid pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Sumatera Utara***” Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan eksistensi fenomena *quarter life crisis* terhadap mahasiswa semester akhir Universitas Sumatera Utara. Desain penelitian yang digunakan ialah kualitatif. Dalam pengambilan data penelitian ini menggunakan data primer berupa wawancara mendalam dan data sekunder. Untuk penggunaan sample, sample yang dipilih dalam penelitian ini sebanyak 30 orang dari berbagai fakultas yang ada di Universitas Sumatera Utara dengan kriteria usia 20 – 25 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa fenomena *quarter life crisis* memang benar dialami oleh mahasiswa semester akhir Universitas Sumatera Utara. Hasil pengumpulan data yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa mahasiswa merasakan bingung, pesimis, panic, dan berujung pada frustrasi. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bagaimana cara responden untuk menghadapi fase *quarter life crisis*, seperti memakan *ice cream*, berpetualangan ke alam luas, adapun yang cukup menikmati setiap prosesnya. Sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan alat ukur *quarter life crisis* yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek *quarter life crisis* oleh Robbins and Willner yang diadaptasi oleh Sumartha (2020). Teknik sampling yang digunakan adalah *incidental sampling* dengan menggunakan sample berjumlah 384 mahasiswa tingkat akhir yang didapatkan dari rumus Cochran. Selain itu, teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teori perkembangan *Emerging Adulthood* yang dicetus oleh Arnett (2004).
2. Meilia Ayu Puspita Sari (2021) berjudul “***Quarter Life Crisis Pada Kaum Millennial***”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *quarter life crisis* pada kaum millennial dan mengetahui cara millennial menyikapi *quarter life crisis*. Desain penelitian yang digunakan ialah kualitatif dengan metode pengumpulan data menggunakan wawancara

semi terstruktur. Karakteristik sample dalam penelitian ini adalah millennial dengan usia 21-25 tahun di berbagai daerah di Jawa Tengah. Teknik pemilihan sample menggunakan purposive sampling. Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori perkembangan dewasa awal oleh Erick Erikson. Hasil penelitian menunjukkan adanya kecemasan dalam menghadapi masa depan, adanya tekanan yang berasal dari lingkungan keluarga, rasa takut mengecewakan orangtua dan rasa kurang percaya diri yang muncul dan suka membandingkan diri dengan orang lain, sering terjadi permasalahan terkait kebutuhan finansial, belum siap menghadapi masa depan beserta tanggung jawabnya, merasa kurang dengan apa yang telah dicapai, adanya perasaan khawatir dengan kehidupan dimasa depan, tidak yakin dengan pasangan dan permasalahan lainnya terkait dengan hubungan lawan jenis hingga pertemanan. Sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan alat ukur *quarter life crisis* yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek *quarter life crisis* oleh Robbins and Willner yang diadaptasi oleh Sumartha (2020). Teknik sampling yang digunakan adalah *incidental sampling* dengan menggunakan sample berjumlah 384 mahasiswa tingkat akhir yang didapatkan dari rumus Cochran. Selain itu, teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teori perkembangan *Emerging Adulthood* yang dicetus oleh Arnett (2004).

3. Alfiesyahrianta Habibie (2019) berjudul **“Peran Religiusitas terhadap *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa”**. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran religiusitas terhadap *quarter life crisis* yang dialami oleh mahasiswa. Desain penelitian yang digunakan ialah dengan metode kuantitatif. Pada penelitian ini ditemukan 2 (dua) variable yang diteliti yaitu Religiusitas sebagai variable bebas dan *Quarter Life – Crisis* sebagai variable terikat. Penggunaan skala untuk variable religiusitas adalah skala yang telah dikembangkan oleh Khodayarifard yang terdiri dari 35 item dengan reliabilitas skala 0,976.

Untuk skala *quarter life – crisis* sendiri menggunakan skala yang disusun oleh Agustin terdiri dari 23 item dengan nilai reliabilitas 0,924. Subjek yang digunakan yakni mahasiswa berusia 18 – 25 tahun dan menggunakan *random sampling* dengan bantuan *snowball* (pesan berantai). Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh antara religiusitas terhadap *quarter life – crisis* mahasiswa. Semakin tinggi tingkat religiusitas individu maka semakin rendah pula tingkat *quarter-life crisis*-nya begitu sebaliknya. Penelitian ini juga mengungkapkan pendapat bahwa seseorang yang memiliki pedoman hidup dan daya tahan yang baik ketika menghadapi masalah disebabkan karena kokohnya religiusitas yang dimiliki sehingga secara umum dari penelitian yang dilakukan religiusitas memengaruhi *quarter-life crisis* yaitu sebesar 3,4% sedangkan sisanya sebesar 96,6% di luar dari religiusitas yang berasal dari faktor internal maupun eksternal. Sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan alat ukur *quarter life crisis* yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek *quarter-life crisis* oleh Robbins and Willner yang diadaptasi oleh Sumartha (2020). Teknik sampling yang digunakan adalah *incidental sampling* dengan menggunakan sample berjumlah 384 mahasiswa tingkat akhir yang didapatkan dari rumus *Cochran*. Selain itu, teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teori perkembangan *Emerging Adulthood* yang dicetus oleh Arnett (2004).

4. Afnan, Rahmi Fauzia dan Meydisa Utami Tanau (2020) yang berjudul **“Hubungan Efikasi Diri dengan Stress pada Mahasiswa yang berada dalam Fase *Quarter Life Crisis*”**. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan efikasi diri dengan stress pada mahasiswa yang berada dalam fase *quarter life crisis*. Dalam penelitian tersebut menggunakan desain penelitian dengan pendekatan kuantitatif deskriptif. Sample yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 125 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik *nonprobability sampling*

yakni *teknik purposive sampling*. Karakteristik subjek yang digunakan yakni mahasiswa akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat angkatan 2015 – 2012 yang sedang mengambil matakuliah skripsi. Instrumen pada penelitian ini menggunakan skala efikasi diri dan skala stress. Sebelum proses penelitian, peneliti melakukan pengukuran *quarter life crisis* dengan alat ukur *quarter life crisis* oleh Christine Hassler (2009). Hasil penelitian dengan kategorisasi data efikasi diri menunjukkan dari 125 mahasiswa, 0% tidak ada mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah, 72 mahasiswa (57,6%) memiliki efikasi diri yang sedang, dan 53 siswa (42,4%) memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi. Sedangkan hasil penelitian dengan kategorisasi data stress menunjukkan dari 125 mahasiswa terdapat 2 mahasiswa (1,6%) memiliki tingkat stress rendah, 111 mahasiswa (88,8%) memiliki tingkat stress sedang, 12 mahasiswa (9,6%) memiliki tingkat stress yang tinggi. Sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan alat ukur *quarter life crisis* yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek *quarter life crisis* oleh Robbins and Willner yang diadaptasi oleh Sumartha (2020). Teknik sampling yang digunakan adalah *incidental sampling* dengan menggunakan sample berjumlah 384 mahasiswa tingkat akhir yang didapatkan dari rumus *Cochran*. Selain itu, teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teori perkembangan *Emerging Adulthood* yang dicetus oleh Arnett (2004).