

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang

Beberapa perjalanan yang dilewati dalam siklus perkembangan manusia dari psikologi atau fisik dan tak terbatas oleh usia. Tahapan perjalanan yang dilewati oleh individu memiliki proses yang dijadikan pelajaran hidup. Era globalisasi, belajar sangat diperlukan guna pembekalan diri menghadapi dunia, dengan sifat terbuka dan memiliki wawasan yang luas dalam menyelesaikan masalah secara kritis dan kreatif. Misalnya, perubahan dari seorang remaja beranjak dewasa, dirinya akan menemukan cara pikiran dinamis, bebas, dan dapat dipertanggung jawabkan (Papalia, D.E., & Old, 2001).

Menurut Papalia, D. E., & Feldman, (2014), seorang remaja yang beranjak dewasa akan mengeksplorasi dirinya. Penyelesaian masalah sendiri, tidak bergantung kepada orang tua, dan menempatkan diri untuk berinteraksi. *Emerging adulthood* dimana merupakan sebuah masa/waktu bereksplorasi dengan rentang usia 18-29 tahun yang dirasakan oleh individu tersebut, dicetuskan oleh (Arnet, 2001).

Bagi seorang individu yang melakukan banyak eksplorasi akan mengakibatkan tidak stabilnya individu yang dikarenakan beberapa perubahannya mulai terjadi (Arnett, 2006). Eksplorasi individu yang mengarah pada lebih banyak pilihan yang disediakan dari lingkungan eksternal, yang sering menyebabkan kesulitan dalam memilih opsi mana yang terbaik untuk dikejar, akan menyebabkan orang menjadi stres. Dewasa muda menghadapi

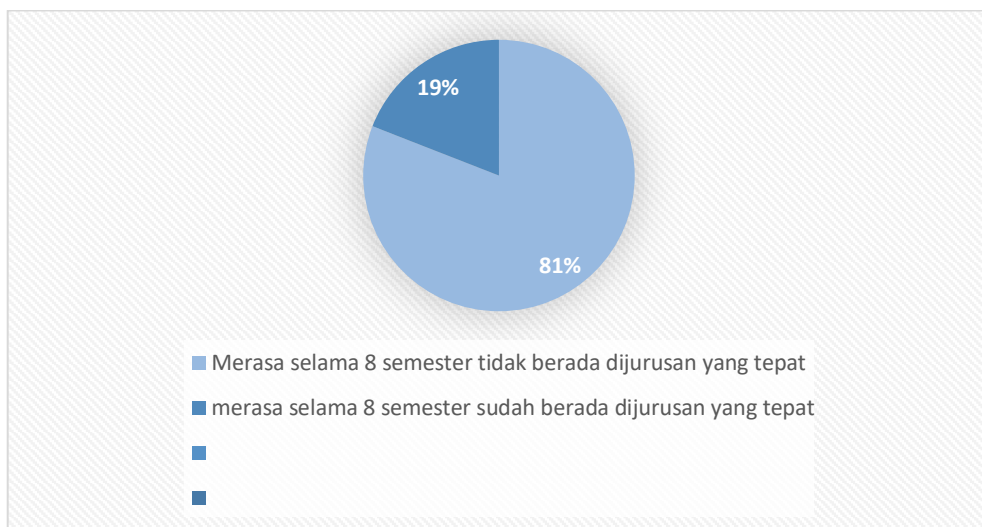
beberapa tuntutan untuk hidup dalam lingkungan yang kompetitif, menyebabkan mereka menjadi khawatir dan terbebani (Atwood, J., & Scholtz, 2008).

Akan terjadi perubahan pada masa *emerging adulthood* kepada individu yang tidak bisa memenuhi tantangan, yang akan menimbulkan respon negative dari emosi yang tidak dikendalikan oleh dirinya atau di artikan dengan *quarter life crisis*, dimana individu merasakan tidak stabilnya akibat respon terhadapnya, kurang percaya diri, banyak pertimbangan yang menghantui pikirannya yang menjadikan munculnya rasa panik karena ketidakberdayaan, terisolasi, perubahan yang terus menerus (Robbins, A & Wilner, 2001).

Gangguan mental rentan karena proses penyesuaian diri dan berubahnya diri yang terjadi baik psikologi, emosi, maupun finansialnya yang sering dialami oleh individu yang rentan usia 20 tahun, yang disebutkan menurut *World Health Organization* (WHO). Fenomena *quarte life crisis* dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir, dimana seorang mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir minimal semester delapan pada suatu institusi dan universitas (Santrock, 2004). Pada umumnya tuntutan dari orang tua dimasa yang akan datang dalam menentukan langkah yang dilakukan (Arnett, 2004).

Beberapa penyebab krisis yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir antara lain kendala keuangan, pencarian judul skripsi, kecemasan menghadapi dosen pembimbing, seringnya revisi, dan tuntutan waktu yang lebih banyak untuk menyelesaikan pendidikan, masalah pekerjaan, dan tanggung jawab lain setelah lulus (Riewanto, 2003).

Menurut hasil survei pra-penelitian yang diberikan kepada mahasiswa tingkat akhir Universitas Merdeka Malang pada 8 November 2021, 81,3 persen (51 orang) dari 62 responden merasa belum mengambil jurusan yang tepat selama delapan semester, sedangkan 19 persen (11 orang) dari 62 responden merasa sudah berada di jalur yang benar selama delapan semester, seperti terlihat pada gambar dibawah ini.



Gambar 1.

Informasi di atas sesuai dengan temuan wawancara dengan subjek S, yang menyatakan bahwa ia merasa di jurusan yang salah dan ingin berhenti. Temuan wawancara tercantum di bawah ini.

“sementak memasuki semester 4 itu saya selalu merasa jurusan yang saya ambil tidak sesuai dengan diri saya, saya sempat mau berhenti, tetapi sudah sejauh ini, kesian sama orang tua yang sudah habis banyak juga kan, jadi saya lanjutkan saja dan sekarang sudah semester 8’.

“ hmm, sebenarnya gue tuh ngambil jurusan ini karena disuruh orang tua sih, katanya biar bisa melanjutkan u saha mereka, tapi sebenarnya gue ada cita-cita lain, tapi

tidak didukung oleh orang tua gue, jadi ya udah terima aja, orang tua yang bayarin gue kuliah heheh”.

Pernyataan dari subjek berinisial NL juga menyampaikan perkuliahan yang individu rasakan semakin terasa berat, terutama dimasa pandemik covid-19 yang membuat individu merasa perkuliahan hanya sebagai formalitas saja, berikut hasil wawancara kepada subjek NL

”ee, gatau ya ini Namanya merasa dijurusan yang gak tepat atau tidak, tapi aku ngerasa berat aj gitu ngejalanin perkuliahan dari semester ke semester lainnya wkwkwk, mungkin karena tugas kali ya. Dan oh iya di tambah lagi selama covid-19 ini, vibesnya tuh kayak ga kuliah ga sih, kek cuman absen ngerjain tugas, terus kumpulin, tapi ga dikasih perkuliahan, jadi kita nih ga ngerti sama sekali tau-tau dikasih tugas aja”.

Dari hasil survei dan wawancara masuk aspek kebimbangan dalam pengambilan keputusan, dimana sumber merasa bingung dengan keputusan yang telah diambil tetapi masih memikirkan orang tua.

Selanjutnya, seperti ditunjukkan pada Gambar 1.2, hasil survei pra-penelitian yang didistribusikan pada tanggal 8 November 2021 kepada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Merdeka Malang mengungkapkan bahwa 52 persen (32 orang) dari 62 responden mengalami kesulitan dalam perkuliahan, sedangkan 48 persen (30 orang) dari 62 responden tidak.



Gambar 2.

Data diatas sejalan dengan hasil wawancara dengan subjek JS yang menyatakan bahwa dirinya mengalami kesulitan selama perkuliahan sebagian besar karena sarana yang tidak mendukung untuk perkuliahan terlebih lagi dimasa pandemik yang hampir semua dilakukan secara online, berikut hasil wawancara *"umm kesulitan saya selama perkuliahan itu, sarana saya tidak mendukung banyak ya, seperti dirumah saya tidak ada wifi, terus juga dirumah saya banyak orang jadi saya susah konsentrasi, apalagi dimasa pandemic ini ya, saya makin lebih susah lagi, karena kuliah dilakukan secara online apa-apa online, jadi membuat saya menghabiskan banyak kuota selama sebulan itu banyak sekali"*.

Hal ini juga sesuai dengan pernyataan subjek M yang menyatakan:

"kesulitan selama aku kuliah, karena disini tidak punya kendaraan jadi mau kemana-mana itu susah ya, apalagi kalau ada tugas kelompok terus ketemunya tuh jauh dari kost jadi boros diongkos, karena aku gaenakan minta jemput teman-teman. Umm, aku juga sering rindu rumah, jadi kadang tiba-tiba aja jadi gada motivasi gitu, males nugas dan lain-lain".

Pernyataan dari subjek R juga menyatakan bahwa:

“kesulitan yang gue rasain sih itu susah fokus ya, selama perkuliahan ini tugas-tugas gue banyak yang berantakan karena gue bingung membagi waktu antara kuliah, kerja, dan organisasi dikampus”.

Dari hasil survei dan wawancara masuk aspek terjebak dalam situasi yang sulit.

Menurut pra-studi, 63 persen (39 individu) dari 62 responden mengkhawatirkan masa depan, apakah itu lulus kuliah, bekerja, atau menikah, sedangkan 37 persen (23 orang) tidak mengkhawatirkan masa depan, seperti yang ditunjukkan pada Gambar 1.3.



Gambar 3.

Hal ini sesuai dengan temuan wawancara subjek E, yang mengungkapkan bahwa dirinya mengkhawatirkan masa depannya, apalagi dimasa pandemik covid-19 ini yang dimana Masyarakat Indonesia serba kesusahan, salah satunya adalah *fresh graduate* yang sangat sulit mencari pekerjaan, berikut hasil wawancara *“selama memasuki semester 6 keatas itu saya selalu mikir, ee bisa ga ya saya lulus tepat waktu?, bisa ga ya setelah lulus*

langsung dapat pekerjaan?, apalagi sekarang masa pandemik ini saya sering melihat berita, banyak pegawai yang diberhentikan, dan fresh graduate yang susah mendapat pekerjaan, bikin saya makin khawatir, nanti saya menjadi lulusan covid juga ya”.

Begitupun pernyataan dari subjek KA menyatakan bahwa

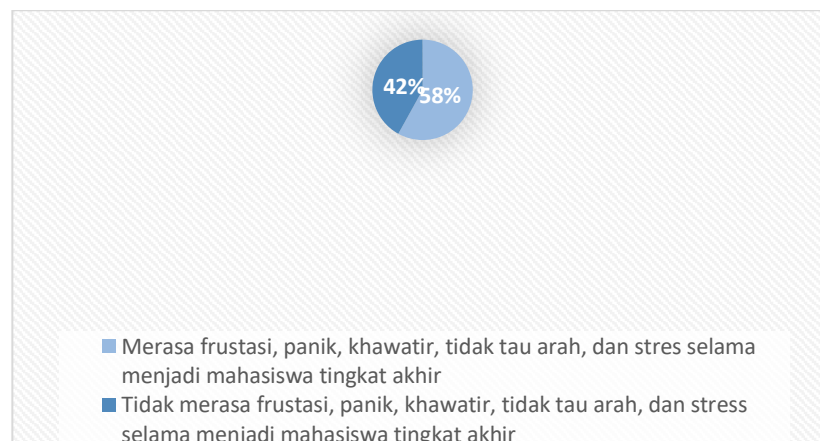
“gue selalu mikir pandemik menyusahkan banyak masyarakat Indonesia ya terutama fresh graduate ya gue takut banget gue lulus dimasa pandemik ini dan membuat gue susah mencari pekerjaan nantinya”.

Pernyataan selanjutnya oleh subjek V mengatakan bahwa

“umm... yang paling saya khawatirkan pertama, apa bisa saya lulus tepat waktu dan mendapat pekerjaan yang layak”.

Dari hasil survei dan wawancara masuk aspek perasaan cemas.

Lebih lanjut, hasil survei pra-penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa tingkat akhir Universitas Merdeka Malang pada 8 November 2021 mengungkapkan bahwa 58 persen (36 individu) dari 62 responden merasa kecewa, takut, khawatir, tidak tahu harus kemana, dan cemas selama menjadi mahasiswa. Seperti yang ditunjukkan pada Gambar 1.4, 42 persen (26 orang) siswa tahun terakhir tidak merasa frustrasi, takut, cemas, tidak yakin ke mana harus pergi, dan stres.



Gambar 4.

Hal tersebut sejalan dengan hasil wawancara subjek G yang menyatakan bahwa hal yang membuat dirinya stres adalah skripsi dan tugas-tugas kuliah, berikut adalah hasil wawancara

“oh iya sering sih stres, selama skripsi ini saya sering banget stres, mencari jurnal, terus revisi-revisi terus menerus juga, belum lagi tugas kuliah ya, soalnya saya masih ngambil matkul juga”.

Pernyataan yang sama juga oleh subjek D menyatakan bahwa:

“oh iya jelas mahasiswa akhir ini masa-masanya stres, bahkan frustrasi ga sih?, gimana engga ya saya ngajuin judul berkali-kali tapi ditolak terus, jadi kadang saya bingung sampe stres, ditambah kalau kadang lagi berantem ama pacar tuh uh,, rasanya kaya kepala mau meledak”.

Pernyataan selanjutnya oleh subjek MS yang mengatakan bahwa mengerjakan tugas akhir dimasa pandemik covid 19 ini semakin terasa berat, berikut hasil

“selama jadi mahasiswa akhir tuh rasanya bener-bener nano-nano, pusing, ribet, lelah, bosan semua itu nyatu, apalagi semenjak skripsi dimasa pandemik ini ya, wah bener-bener di uji, bimbingan sama dosen pembimbing yang slow respon ampe sebulan belum di respon, itu membuat saya bener-bener frustrasi dan pesimis sih, bisa ga ya saya semprom tepat waktu kalau begini?”.

Dari hasil survei dan wawancara masuk aspek penilaian diri yang negatif

Sesuai dari data yang telah dilampirkan, terlihat hampir semua responden mahasiswa tingkat akhir tersebut mengarah pada *quarter life crisis*, terlebih dimasa pademik Covid-19, dimana memberikan dampak negative bagi seluruh rakyat Indonesia yang termasuk didalamnya adalah

mahasiswa tingkat akhir. Perasaan negative yang dirasakan seperti rasa bingung, menyalahkan diri, kesedihan, kehilangan harapan akan masa depannya, emosi pada hal yang dialaminya, merasa terbebani. Sehingga akan terjadi *quarter life crisis* jika beberapa pemikiran negatif tersebut tidak segera dihilangkan dan akan mengalami frustrasi sampai depresi ataupun psikologis lainnya (Atwood, J., & Scholtz, 2008). Ada unsur lingkungan yang dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk pulih dari *quarter life crisis*. Salah satunya adalah dukungan sosial, yang meliputi cinta, teman, dan hubungan keluarga, serta tantangan karir dan pekerjaan dan tantangan akademik Alison (dalam Mutiara, 2018).

Menurut Hurlock, (2003), dukungan sosial dibutuhkan oleh mahasiswa dapat diperoleh dari beberapa aspek disekitar, seperti memiliki rasa yang sama yang harus diperjuangkan, orang tua yang tidak memberi simpati. Dengan adanya dukungan sosial pada mahasiswa akan membuat mahasiswa merasakan perhatian, kepedulian, penghargaan dan penghormatan, tidak meragukan kemampuan yang dimiliki serta kompeten pada aktifitas yang dijalankan, dengan begitu dapat menghilangkan pemikiran negatif pada dirinya saat mengeksplorasi.

Berdasarkan penelitian ini berdasarkan fenomena dan uraian, peneliti tertarik untuk meneliti tentang “apakah terdapat hubungan *social support* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir dimasa pandemi covid-19? .

B. Rumusan Permasalahan

Dalam penelitian ini berdasarkan fenomena dan uraian, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “apakah terdapat hubungan *social support* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di masa pancemik covid-19?”

C. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian yang dilakukan guna mengetahui hubungan *social support* dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir di masa pandemic covid 19

2. Manfaat penelitian

a. Manfaat teoritis

Harapan dari penelitian yang dilakukan dapat menambah literasi pembaca pada kaitannya mahasiswa tingkat akhir pada *social support* dengan *quarter life crisis*.

b. Manfaat praktis

1. Mahasiswa mampu memahami fenomena *quarter life crisis* sehingga dapat mengambil langkah yang tepat untuk melewatinya.
2. Sebagai literasi yang layak, selanjutnya pembaca dapat menerapkan hal yang serupa jika terjadi pada dirinya sendiri ataupun orang lain disekitarnya.
3. Sebagai bahan evaluasi pada penelitian selanjutnya yang lebih luas lagi dengan beberapa variabel yang inovatif.

D. Perbedaan dengan peneliti sebelumnya

Penelitian sebelumnya di paparkan untuk memberikan gambaran secara gamblang sebagai bahan perbandingan dan sumber referensi. Penelitian sebelumnya dan perbedaannya yang terkait dengan penelitian ini akan di paparkan sebagai berikut:

Abdullah, Sujudi Muhammad(2020) melakukan penelitian tentang “*Quarter Life Crisis* Dimasa Pandemi Covid-19”. Penelitian ini menggunakan teknik penelitian kualitatif. Penelitian berlangsung di Sumatera Utara dan melibatkan 30 orang dari beberapa fakultas. Data dikumpulkan melalui wawancara. Temuan mengungkapkan bahwa 26 dari 30 peserta penelitian mengalami fenomena *quarter life crisis* menengah. Tiga orang lainnya, termasuk informan, belum memberikan tanggapan secara spesifik. Kontras antara penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian Muhammad Sujudi Adbullah (2020). Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah dukungan social (*social support*), sedangkan variabel bebas (X) dalam penelitian Abdullah, Sujudi Muhammad adalah *quarter life crisis*. Subyek yang akan diteliti selanjutnya berbeda, dengan penelitian ini melibatkan mahasiswa akhir Universitas Merdeka Malang.

Penelitian tentang “*Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa BKI Tingkat Akhir”, penelitian ini di tulis oleh Mutiara, Yeni (2018), Penelitian dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir BKI. Menurut penelitian, hingga 82 persen mahasiswa BKI tahun terakhir mengalami *quarter life crisis* tingkat sedang. Mendekatkan diri dengan sang pencipta, bertukar perasaan dengan orang lain, berbuat semaksimal mungkin, mencari link untuk panggilan masa depan, dan mengevaluasi diri dengan menyendiri

adalah semua upaya yang dilakukan oleh setiap individu dalam melewati fase *quarter life crisis*. Perbedaan penelitian ini dengan Mutiara, Yeni (2018) adalah bahwa penelitian ini menggunakan dukungan sosial sebagai variabel independen (x), sedangkan Mutiara, Yeni menggunakan *quarter life crisis* sebagai variabel independen (x). Perbedaan selanjutnya adalah topik penelitian ini, yang dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Merdeka Malang di masa pandemi Covid-19.

Penelitian dari Sari, P(2021) berjudul "*Quarter Life Crisis Pada Kaum Millenial*". Pendekatan penelitian kualitatif yang digunakan terdiri dari pengumpulan data wawancara semi terstruktur dan metodologi analisis tematik. Subyeknya adalah kaum milenial yang berusia antara 21 hingga 25 tahun, dengan rata-rata usia 25 tahun. Judul, subjek, lokasi, dan variabel x semuanya berbeda dalam penelitian Sari, P.

Perbedaan dari penelitian terdahulu terletak pada objek, serta variabel penelitian, dimana objek yang akan diteliti yaitu mahasiswa tingkat akhir Universitas Merdeka Malang dengan subjek penelitian berfokus pada mahasiswa yang cenderung mengarah kepada fenomena *quarter life crisis*, yang dimana telah dilakukan survei pra-penelitian berupa kuisisioner dan wawancara untuk menentukan subjek tepat pada tujuan penelitian.