

BAB I

PENDAHULUAN

BAB I menguraikan latar belakang tentang topik yang diangkat dalam penelitian, merumuskan masalah yang kemudian ditulis dalam bentuk pertanyaan penelitian, disertai dengan tujuan penelitian, manfaat dari penelitian, dan struktur organisasi penelitian.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Dalam kehidupannya, manusia akan mengalami tahap perkembangan yang merupakan pola perubahan yang dimulai dari masa konsepsi dan berlanjut melalui rentang kehidupannya (Santrock, 2010). Salah satu tahap dalam perkembangan manusia tersebut adalah masa dewasa yang merupakan fase terpanjang dalam kehidupan karena dibagi lagi menjadi tiga tahapan, yaitu dewasa awal, dewasa tengah, dan dewasa akhir.

Terdapat beberapa teori mengenai tahap perkembangan, salah satunya adalah teori psikososial yang menyatakan bahwa manusia berkembang sebagai makhluk psikososial yang hingga akhir hidupnya akan menghadapi periode baru dari krisis identitas yang harus dihadapi sebagai tugas perkembangan yang khas bagi seseorang (Erikson, 1968). Teori tahap perkembangan ini telah dikembangkan puluhan tahun yang lalu dalam lingkungan sosial yang sangat berbeda dengan lingkungan orang dewasa muda sekarang ini.

Teori *emerging adulthood* yang dikembangkan oleh Arnett pada tahun 2000 kemudian menghadirkan tantangan bagi skema tahap Eriksonian dengan menyarankan bahwa kedewasaan awal harus dipisahkan menjadi dua tahap yang berbeda, yaitu *emerging adulthood* yang berkaitan dengan ketidakstabilan di rentang usia 18-25, dan dewasa awal yang merupakan fase berikutnya yang lebih menetap (Robinson, 2015).

Teori sebelumnya kemudian diperluas dengan penelitian tentang krisis 'quarter-life' yang menunjukkan bahwa sekarang terdapat krisis normatif yang terjadi di pertengahan masa dewasa awal rentang usia 25-35 yang tidak

diperhitungkan dalam model Erikson, yang dapat disebut *Quarter-life crisis* (QLC) (Robinson & Smith, 2010). QLC kemudian secara teoritis dapat dipahami sebagai masa di antara masa *emerging adulthood* dan masa dewasa awal.

Konsep *Quarter-Life Crisis* (QLC) dikenalkan ke budaya populer oleh Robbins dan Wilner dalam bukunya yang digambarkan sebagai cobaan dan kesulitan yang dihadapi individu ketika mereka membuat pilihan mengenai karier, keuangan, dan hubungan. Mereka juga menggambarkan QLC sebagai transisi ketika para dewasa muda mengalami krisis identitas karena gegar budaya yang dirasakan saat memasuki “dunia asli” setelah lulus. Berdasarkan pengalaman mereka dan 100 teman sebayanya sendiri, periode transisi setelah kelulusan perguruan tinggi digambarkan sebagai masa ketika individu dapat merasa gelisah, stres, dan memicu kecemasan, yang dapat menyebabkan perasaan ragu-ragu, tidak berdaya, dan panik (Robbins & Wilner, 2001).

Transisi setelah kelulusan perguruan tinggi ini merupakan periode kehidupan yang penuh dengan tantangan, salah satunya tantangan dalam mencari pekerjaan. Namun lebih dari sekadar tantangan untuk mencari pekerjaan, di masa transisi ini juga terdapat tantangan lain yang mencakup perubahan pada tempat tinggal, hubungan, identitas, gaya hidup, dan dukungan finansial (Robinson, 2019). Perubahan besar pada fase ini pun dapat menyebabkan suatu kondisi krisis, yang disebut sebagai *quarter-life crisis*, ketika individu yang menjalaninya kewalahan dan tidak mampu mengatasi perubahan tersebut (Slaikou, 1990).

Permasalahan *quarter-life crisis* ini pun menjadi topik yang cukup sering dibicarakan dalam beberapa tahun terakhir, terutama di media sosial. Seperti yang terdapat dalam penelitian yang mengeksplorasi tema linguistik terkait fenomena *quarter-life crisis* (QLC) yang dibahas di media sosial Twitter. Hasilnya pun menunjukkan bahwa pengguna media sosial Twitter yang merujuk ke QLC ditemukan mengunggah lebih banyak tentang perasaan yang campur aduk, perasaan terjebak, menginginkan perubahan, karier, penyakit, sekolah, serta keluarga, dan bahasa mereka pun cenderung terfokus pada masa depan (Agarwal dkk., 2020).

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan tingkat *quarter-life crisis* di Indonesia. Seperti penelitian tentang *quarter-life crisis* pada lulusan Unika Musi Charitas yang mengungkapkan bahwa terdapat 86% lulusan mengalami

quarter-life crisis yang disebabkan oleh kecemasan yang berhubungan dengan karier (Riyanto & Arini, 2019). Adapun penelitian yang menunjukkan bahwa *quarter-life crisis* pada dewasa awal di Pekanbaru berada pada kategori sedang dengan 43.22% dan diikuti pada kategori tinggi sebesar 27.97% (Herawati & Hidayat, 2020). Temuan tersebut juga didukung dengan penelitian kualitatif pada kaum Millennial yang menunjukkan hasil bahwa terdapat kecemasan dalam menghadapi masa depan, tekanan yang berasal dari lingkungan keluarga, rasa kurang percaya diri dan suka membandingkan diri, masalah karier dan finansial, serta permasalahan lainnya (Sari, 2021)

Mereka yang menghadapi *quarter-life crisis* dapat mengalami banyak gejala mulai dari ketidakpuasan kerja yang intens, stres, hingga depresi (Thorspecken, 2005). Ditemukan pula bahwa terdapat suatu kelompok lulusan dari berbagai perguruan tinggi di Amerika Serikat mengalami gejala seperti stres selama periode ini, penemuan ini juga menunjukkan peningkatan level stres setelah lulus, perasaan frustrasi, ketidakberdayaan, dan panik (Black, 2010). Suatu kondisi krisis dalam hal ini juga dapat mempengaruhi kehidupan seseorang dalam berbagai aspek, mulai dari aspek psiko-fisik, identitas diri, interpersonal, sampai sosiokultural (Robinson dkk., 2021). Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa *quarter-life crisis* merupakan fenomena yang mengkhawatirkan dan menunjukkan potensi risiko bagi lulusan perguruan tinggi sebagai dewasa muda sehingga mereka memerlukan bantuan.

Bantuan yang dapat diberikan bagi individu yang mengalami *quarter-life crisis* adalah dengan layanan bimbingan dan konseling. Hal ini berkaitan dengan tujuan bimbingan dan konseling, yaitu membantu konseli untuk dapat mencapai kematangan dan kemandirian dalam kehidupannya, serta menjalankan tugas-tugas perkembangannya yang terdiri dari aspek pribadi, sosial, belajar, karier secara optimal (Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014). Karena temuan-temuan sebelumnya menunjukkan bahwa *quarter-life crisis* dapat berpotensi risiko bagi setiap aspek kehidupan individu, maka layanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk dapat membantu individu tersebut dalam memahami dan mengatasi krisis yang akan maupun sedang dialami. Layanan bimbingan dan konseling yang bisa didapatkan para konseli tidak hanya berada di lingkup sekolah saja, namun juga berada di lingkup yang lebih luas, seperti

kemasyarakatan maupun pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi, yaitu perguruan tinggi (Prayitno, 2008). Bimbingan dan konseling di perguruan tinggi berperan penting dalam membantu mempersiapkan mahasiswa menjadi sumber daya manusia yang berkualitas setelah kelulusan (Putra dkk., 2023).

Di Indonesia sendiri, jumlah lulusan pendidikan tinggi mengalami kenaikan dalam beberapa tahun terakhir. Pada Tahun 2020, jumlah lulusan sebanyak 1.535.074. Lalu, Tahun 2021 jumlah lulusan naik mencapai angka 1.629.040 dan kemudian pada Tahun 2022 jumlahnya naik lagi mencapai 1.842.588 (PDDikti Kemendikbud, 2022). Dari jutaan lulusan tersebut, masih banyak yang berjuang dalam mencari pekerjaan. Hal ini ditunjukkan berdasarkan data jumlah pengangguran terbuka menurut pendidikan tertinggi yang ditamatkan, yaitu lulusan Akademi/Diploma sejumlah 235.359 orang dan Universitas sebanyak 884.769 orang. Jawa Barat menjadi provinsi dengan tingkat pengangguran terbuka (TPT) tertinggi dengan persentase 7.44% per Tahun 2023 (Badan Pusat Statistik, 2023). Kota Bandung sebagai Ibu Kota Jawa Barat pun menempati Kota kedua dengan tingkat pengangguran terbuka (TPT) tertinggi berdasarkan tingkat pendidikan Diploma/Akademi/Universitas dengan jumlah 19.688 (Disnakertrans Prov. Jabar, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa lulusan pendidikan tinggi di Kota Bandung dapat berpotensi mengalami *quarter-life crisis*.

Perguruan tinggi di Indonesia dapat berbentuk universitas, akademi, politeknik, sekolah tinggi, atau institut. Perguruan tinggi dapat menyelenggarakan jenis program pendidikan tinggi yang berbeda mencakup diploma, sarjana, magister, profesi, spesialis, dan doktor. Sehubungan dengan gejala dari *quarter-life crisis*, yaitu stres, orang dengan pendidikan tinggi lebih mampu dalam menangani gangguan stres mereka. Usia orang-orang di gelar magister/S2 juga lebih matang sehingga mereka biasanya lebih sadar untuk menangani masalah mereka (Barawi dkk., 2020). Hal tersebut dapat menunjukkan bahwa tingkat program pendidikan terakhir dapat mempengaruhi tingkat *quarter-life crisis*.

Terdapat penemuan yang mengungkapkan hasil yang berbeda tentang QLC para lulusan dari pernyataan sebelumnya. Dalam suatu penelitian tidak ada dukungan empiris yang ditemukan untuk *quarter-life crisis* khusus untuk lulusan perguruan tinggi yang dalam masa transisi dan hasil penelitian menunjukkan bahwa

mereka justru umumnya cukup puas (Rossi & Mebert, 2011). Sebaliknya, lulusan baru sekolah menengah ataslah yang memiliki waktu yang relatif lebih sulit dalam berbagai hal, terutama mereka yang lulus dari sekolah menengah atas langsung menuju ke dunia kerja. Penemuan tersebut kemudian berbeda pula dengan studi di Indonesia yang mengungkapkan bahwa kelompok dengan gelar diploma memiliki tingkat *quarter-life crisis* tertinggi daripada lulusan menengah atas, sarjana, dan magister (Zarqan dkk., 2021).

Penelitian terdahulu seperti dalam studi longitudinal juga mengungkapkan tentang *quarter-life crisis* yang dialami seorang subjeknya pada masa transisi pasca-universitas (Robinson, 2019). Namun sampel penelitian tersebut bukan tipikal sampel yang representatif dan kisah subjek tentang krisis yang dialaminya sebagian dibentuk oleh faktor sosial struktural dan jenis kelaminnya yang tidak dibahas dalam literatur tersebut. Robinson pun merekomendasikan peneliti selanjutnya untuk menggunakan sampel dari kelompok demografis dan program pendidikan tinggi yang berbeda.

Selain itu, terdapat pula penelitian mengenai perbedaan *quarter-life crisis* berdasarkan demografi pada mahasiswa di Kota Makassar yang hasilnya menunjukkan terdapat perbedaan pada jenis kelamin, tingkat semester, dan relasi romantis, serta tidak terdapat perbedaan signifikan pada demografi status pekerjaan dan tempat tinggal (Fadhilah, 2021). Namun populasi pada penelitian tersebut hanya mahasiswa dan belum kepada lulusan perguruan tinggi, peneliti kemudian menyarankan peneliti selanjutnya untuk memperhatikan metode sampling dan sampel yang lebih banyak sehingga dapat lebih merepresentasikan populasi yang diteliti.

Penelitian-penelitian terdahulu tersebut menunjukkan bahwa *quarter-life crisis* dapat dialami oleh mahasiswa maupun lulusan perguruan tinggi, tetapi penelitian tersebut belum melibatkan lebih banyak subjek dari demografis yang berbeda agar dapat lebih representatif. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, dipandang penting untuk mengidentifikasi lebih dalam mengenai perbedaan *quarter-life crisis* lulusan perguruan tinggi berdasarkan demografi di Indonesia, khususnya di Kota Bandung.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Sebagian besar lulusan baru yang sedang berada di masa transisi pasca-kelulusannya terjebak di tengah keadaan sulit karena mereka tidak memiliki persiapan untuk bertahan dari tantangan hidup barunya (Pang dkk., 2019). Hal tersebut dapat membuat mereka mengalami fenomena *quarter-life crisis* atau suatu periode krisis perkembangan pada individu berusia 20-an (Robinson, 2019). Terdapat anggapan bahwa hal tersebut merupakan suatu bentuk kegagalan lembaga pendidikan tinggi dalam mempersiapkan kebutuhan mahasiswa untuk tantangan dan emosi yang dihadapi begitu keluar dari perguruan tinggi (Robbins & Wilner, 2001). Pendidikan tinggi diharapkan dapat lebih baik dalam melayani para mahasiswa pada waktu sebelum, selama, dan setelah perkuliahan, salah satunya di masa *quarter-life crisis* (Black, 2010). Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

- 1) Bagaimana gambaran *quarter-life crisis* lulusan perguruan tinggi di Bandung?
- 2) Apakah terdapat perbedaan *quarter-life crisis* berdasarkan perguruan tinggi?
- 3) Apakah terdapat perbedaan *quarter-life crisis* berdasarkan tingkat pendidikan?
- 4) Apakah terdapat perbedaan *quarter-life crisis* berdasarkan status sosial?
- 5) Apakah terdapat perbedaan *quarter-life crisis* berdasarkan status geografi?
- 6) Bagaimana kecenderungan *quarter-life crisis* lulusan UPI berdasarkan dimensi?
- 7) Bagaimana rancangan layanan bimbingan *quarter-life crisis*?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan dan fokus dari penelitian ini untuk:

- 1) Mendeskripsikan gambaran *quarter-life crisis* lulusan perguruan tinggi di Bandung
- 2) Mendeskripsikan perbedaan *quarter-life crisis* berdasarkan perguruan tinggi
- 3) Mendeskripsikan perbedaan *quarter-life crisis* berdasarkan tingkat pendidikan
- 4) Mendeskripsikan perbedaan *quarter-life crisis* berdasarkan status sosial
- 5) Mendeskripsikan perbedaan *quarter-life crisis* berdasarkan status geografi
- 6) Mendeskripsikan kecenderungan *quarter-life crisis* lulusan UPI berdasarkan dimensi
- 7) Merumuskan rancangan layanan bimbingan *quarter-life crisis*

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan manfaat yang ditinjau secara teoritis maupun praktis yang diuraikan sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian diharapkan memperkaya pengetahuan dan pemahaman mengenai *quarter-life crisis* pada lulusan perguruan tinggi. Selain itu, diharapkan juga dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu dalam bidang bimbingan dan konseling, terutama dalam penanganan *quarter-life crisis*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Konselor di Perguruan tinggi

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi dan kajian lebih lanjut untuk mengembangkan program layanan bimbingan dan konseling di perguruan tinggi dalam membantu para mahasiswa dan lulusan untuk dapat mencegah atau mengatasi *quarter-life crisis*.

2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian dapat dijadikan sebagai dasar untuk mengembangkan dan melengkapi kajian dalam bidang bimbingan dan konseling mengenai *quarter-life crisis*, khususnya pada lulusan perguruan tinggi.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi skripsi ini terdiri dari lima bab yang berisi beberapa subbab di setiap babnya. Bab I menguraikan latar belakang tentang topik penelitian, merumuskan masalah penelitian dalam bentuk pertanyaan, tujuan, manfaat, dan struktur organisasi penelitian. Bab II menguraikan konsep-konsep dasar yang melandasi penelitian tentang *quarter-life crisis*, penelitian terdahulu, dan posisi penelitian. Bab III menjelaskan secara rinci metode penelitian yang terdiri dari desain, partisipan, pengumpulan data, dan prosedur penelitian, serta analisis data. Bab IV meliputi uraian secara rinci hasil temuan penelitian yang berisi deskripsi analisis data yang diolah, serta mendeskripsikan pembahasan hasil penelitian. Bab V menguraikan kesimpulan penelitian dan rekomendasi atau saran berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan.