

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang Penelitian

Mahasiswa merupakan seseorang yang menjadi bagian civitas akademi di perguruan tinggi yang memiliki peranan penting dalam mewujudkan cita-cita dalam pembangunan nasional (Wariyah, 2014). Seorang mahasiswa berada dalam tahap perkembangan remaja berusia 18-24 tahun. Mahasiswa berada di dewasa awal karena mulai berani melakukan kehidupan yang mandiri baik kemandirian secara keuangan maupun kehidupan intelektualnya. Dalam tahap ini mulai memasuki masa transisi dimana terjadi proses perkembangan yang meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan psikoseksual, perubahan dalam hubungan dengan orang tua dan masa depan mereka (Putro, 2017)

Pada masa transisi tersebut mereka dihadapkan dengan berbagai permasalahan dalam kehidupannya seperti masalah pendidikan, pertemanan, keuangan, keluarga hingga masalah percintaan. Kompleksitas permasalahan yang dialami oleh mahasiswa biasanya dilatarbelakangi tuntutan keluarga khususnya orang tua terhadap langkah apa yang akan dilakukan di masa depan. Masalah-masalah tersebut terjadi dalam waktu yang bersamaan sehingga menimbulkan stress, kebingungan cara menghadapi atau memutuskan suatu hal yang dianggap sesuai minat dirinya sehingga memengaruhi spiritual keagamaannya (religiusitas) (Balzarie & Nawangsih, 2019)

Menurut Papalia dan Feldman (2014) pada masa transisi ini atau disebut juga masa *emerging adulthood* yaitu seseorang mulai mengeksplorasi diri, belajar hidup mandiri, serta mengembangkan sistem dan nilai-nilai yang telah terinternalisasi sebelumnya (Habibie, Agustin, & Anwar, 2019). Perubahan yang terjadi pada masa *emerging adulthood*, menyebabkan respon negatif dari dalam diri seseorang disebut dengan *quarter life crisis*. Pengenalan istilah *quarter life crisis* oleh Robbins dan Wilner, yaitu fenomena yang dialami oleh individu terhadap keraguan, ketidakstabilan, perubahan yang terus terjadi, rasa panik dan takut akan kegagalan (Sujudi & Ginting, 2020).

*Quarter Life Crisis* (QLC) menjelaskan tentang dinamika kehidupan yang umumnya terjadi pada rentang usia 25 tahun. *Life Crisis* disini diartikan bukan sebagai kelangkaan melainkan “Lack of Option” yaitu kondisi dimana seseorang tidak memiliki pilihan lain. Ketika seseorang mengalami QLC akan mengalami masa eksplorasi dan refleksi sebagai bentuk usaha untuk keluar dari QLC yang sedang dihadapi (Zwagery & Yuniaarrahmah, 2021).

Beberapa tanda *quarter life crisis* (QLC) adalah sebagai berikut, (1) individu merasa tidak mengetahui keinginan dan tujuan hidupnya; (2) pencapaian pada usia 20-an tidak sesuai dengan harapan; (3) takut akan kegagalan; (4) tidak ingin merelakan masa kecil dan masa remaja berakhir; (5) takut tidak mampu menempatkan pilihan yang tepat untuk sebuah keputusan, dan (6) cenderung membandingkan pencapaian dan keadaan diri sendiri dengan orang lain sehingga membuat diri merasa tidak mampu dan tidak berguna (Herawati & Hidayat, 2020)

Dalam Al-Qur’an konsep *quarter life crisis* tidak dijelaskan secara langsung, tetapi ada potongan ayat yang menegaskan untuk tidak cemas, khauf (takut), serta yahzanum (bersedih) berkepanjangan. Salah satunya terdapat pada Surat Al-Baqarah ayat 277 sebagai berikut :

إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ لَهُمْ

أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿٢٧٧﴾

Sesungguhnya orang-orang yang beriman, beramal saleh, menegakkan salat, dan menunaikan zakat, mereka mendapat pahala di sisi Tuhannya. Tidak ada rasa takut pada mereka dan tidak (pula) mereka bersedih. (Qs. Al-Baqarah/2: 277)

Dikutip dari *Kompas.com* (2021) *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa remaja diusia 20 tahun rentan mengalami gangguan kesehatan mental yang disebabkan oleh banyaknya perubahan hidup yang terjadi secara psikologis, emosional dan finansial.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Vazques (2021) pada tahun 2015 menyatakan bahwa seseorang yang rentan mengalami *quarter life crisis* (QLC)

dipengaruhi oleh tekanan pekerjaan, hubungan, dan berbagai harapan untuk menjadi orang yang sukses di masa depan. Selain itu, QLC akan dialami oleh seseorang yang sedang atau telah selesai menempuh pendidikan di perguruan tinggi memiliki perasaan cemas dan khawatir untuk melanjutkan hidup di masa depan. Fakta tersebut beriringan dengan pendapat Robbins dan Wilner (2019) bahwa fenomena ini rentan dialami oleh orang-orang dikalangan Pendidikan.

QLC biasanya muncul dalam dua fase. *Pertama*, seseorang merasa terjebak dalam beberapa bentuk komitmen baik dalam kehidupan pribadi maupun profesionalnya. *Kedua*, seseorang akan merasa kesepian dan perpisahan, entah karena pindah ke tempat baru atau meninggalkan sebuah hubungan. Pada fase ini seseorang akan merenungkan diri atas kejadian yang terjadi dalam hidupnya untuk keluar dari krisis yang sedang dialaminya (Artiningsih, 2021).

Dampak negatif yang terjadi salah satunya stress bahkan depresi. Stress yang tertumpuk dapat memunculkan banyak masalah baru yakni terkait emosi dan tingkah laku perilaku agresif (Amalia, Suroso, & Pratitis, 2021), perilaku kekerasan, menarik diri secara sosial, cemas dan mengalami traumatis, serta memengaruhi penghayatan terhadap agamanya (Permatasari, 2018).

Menurut Bahrin (2019) bahwa faktor pendorong yang menyebabkan anak muda ingin mengubah dirinya menjadi lebih baik dipengaruhi oleh kekosongan jiwanya dan ketidaktenangan dalam menjalankan hidupnya, serta kurang pemahaman agamanya. Oleh karena itu penghayatan keagamaan terhadap krisis emosional penting untuk dikaji agar ketika mengalami *quarter life crisis* mampu menangani kondisi yang sedang dihadapi dan tidak terjerumus pada hal-hal yang tidak baik.

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada tahun 2019 bahwa religiusitas memberikan pengaruh ketika *quarter life crisis* sebesar 3,4% sedangkan 96,6% diluar dari religiusitas baik dari faktor internal maupun eksternal (Habibie, Agustin, & Anwar, 2019). Selain religiusitas, *psychological well being* (kesejahteraan psikologis) memiliki kontribusi yang cukup besar terhadap *quarter life crisis* yaitu sebanyak 62,1% (Amalia, Suroso, & Pratitis, 2021). Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan pada tahun 2011 tentang keberadaan *quarter life crisis*

mengungkapkan bahwa lulusan sekolah menengah mengalami kecemasan yang tertinggi, lalu disusul oleh mahasiswa sarjana (Afnan & Tanau, 2020).

Berdasarkan pemaparan tersebut penurunan penghayatan terhadap agama yang dianut banyak terjadi pada kalangan muda di usia 18-24 tahun. Kurangnya penghayatan, kepercayaan dan partisipasi aktif pada kegiatan keagamaan yang dianut dapat menyebabkan berbagai persoalan seperti yang sudah dipaparkan di atas (Reza, 2013).

Manusia sebagai makhluk religius sering dikaitkan dengan agama yang menjadi sebuah keyakinan. Keyakinan tersebut, tumbuh dan berkembang menjadi pegangan hidup manusia. Sebagai perwujudan akan keyakinan manusia tersebut dan sebagai indikasi muslim yang religius seseorang diwajibkan untuk beribadah kepada Allah Swt. dan berbuat baik kepada sesama manusia.

Agama sebagai kekuatan yang paling luar biasa dalam memengaruhi seluruh aspek kehidupan manusia. Dalam pembagian tahap perkembangan manusia, masa remaja menduduki tahap progresif. Sejalan dengan perkembangan jasmani dan rohaninya, maka agama turut dipengaruhi perkembangan tersebut.

Tetapi hal tersebut akan sulit terjadi apabila pendidikan agamanya tidak digunakan, yang mana pendidikan agama merupakan dasar pondasi pemahaman terhadap sebuah keyakinan. Salah satu contoh menjalankan agama tanpa adanya dasar pengetahuan yaitu seseorang yang tekun beribadah dan taat dalam menjalankan ajaran agama. Akan tetapi orang tersebut justru tidak mencerminkan seorang yang taat beragama.

Disamping itu juga, banyak mahasiswa yang menganggap Pendidikan Agama Islam (PAI) hanya sebatas pelajaran yang diajarkan disekolah. Mengingat PAI memiliki karakteristik sebagai pelajaran yang didasarkan ajaran agama yang berasal dari Al-Quran dan Sunnah, prinsip dasar PAI tertuang dalam kerangka ajaran Islam (aqidah, syariah, akhlak), PAI menekankan pada keutuhan dan keterpaduan kognitif, psikomotorik, dan afektif (Kosasih, Fahrudin, & Anwar, 2009).

Padahal perlu disadari bahwa PAI sebagai dasar yang dijadikan pijakan dalam berbagai ranah kehidupan baik di dunia maupun di akhirat. Secara substantif,

PAI mengacu pada pembentukan pribadi yang bermoral dan berakhlak kharimah sehingga menjadikannya manusia yang ideal dalam segala aspek kehidupan (Hambali & Asyafah, 2018). Lebih khusus lagi, PAI dalam perspektif ilmiah dan moral memiliki tanggung jawab untuk mengaktualisasikan tujuan pendidikan nasional yaitu mengembangkan peserta didik menjadi orang yang beriman, berhati-hati kepada Tuhan Yang Maha Esa, dan memiliki karakter yang mulia. Sebab, melalui imbauan agama, peserta didik mampu memenuhi harapan undang-undang pendidikan tersebut (Abdussalam, Anwar, & Rakhmat, 2019).

Menurut Anshori (2016) bahwa agama dengan religiusitas memiliki perbedaan yaitu jika agama merujuk pada aspek-aspek yang berkaitan dengan aturan dan kewajiban. Sedangkan religiusitas berkaitan dengan aspek agama yang telah dihayati oleh seseorang di dalam hatinya.

Religiusitas erat kaitannya dengan religi atau spiritualitas yang melekat pada diri seseorang. Penghayatan agama atau religiusitas adalah suatu kondisi yang ada dalam diri seseorang yang mendorong orang tersebut untuk berperilaku dan berperilaku dengan nilai-nilai agama (Thahariyah, Rahmat, & Supriadi, 2021).

Menurut Mansen (2018) bahwa religiusitas berasal dari bahasa latin yaitu *relegare* yang artinya mengikat secara erat atau ikatan kebersamaan. Religiusitas merupakan ekspresi spritual seseorang yang berkaitan dengan keyakinan, agama, dan hukum yang berlaku serta ritual peribadatan (Tontowi, 2000). Maka religiusitas tidak hanya dapat dilihat dari aktivitas beragamanya namun aktivitas lain yang berhubungan dengan kekuatan bathin. Dalam Islam sendiri, Religiusitas tidak hanya diwujudkan sebatas ritual ibadah semata, tetapi juga meliputi seluruh aspek dalam kehidupan manusia.

Menunjuk kepada suatu fakta bahwa kegiatan-kegiatan religius itu memang tidak bisa dipisahkan dari kehidupan manusia. Di dalamnya terdapat berbagai hal menyangkut moral atau akhlak, serta keimanan dan ketaqwaan seseorang. Tinggi rendahnya tingkat religiusitas seseorang dapat diketahui dari tingkah laku sehari-hari. Semakin tinggi tingkat religiusitasnya semakin tinggi pula sikap dan perilaku mencerminkan keagamaannya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat religiusitas

seseorang maka semakin rendah pula sikap dan perilaku yang mencerminkan sikap religiusitasnya.

Menurut Koenig dan Larson (2019) mengatakan bahwa kebahagiaan, emosi positif, kepuasan akan kehidupan serta sikap yang baik diperoleh dengan meningkatkan keyakinan dan praktik dalam beragama. Bahkan lebih jauh dampak keyakinan dan praktik keagamaan pada remaja adalah menurunkan gejala stress, depresi dan harga diri yang lebih baik.

Melihat adanya keterkaitan antara krisis emosional yang sering dihadapi oleh mahasiswa diusia 20-an saat mengalami masa *quarter-life crisis* yang berdampak buruk terhadap kondisi psikologisnya, serta penurunan penghayatan terhadap keagamaan yang dianutnya (religiusitas). Maka penting untuk dikaji lebih dalam keterkaitan langsung antara religiusitas seseorang dengan masa *quarter-life crisis* yang dihadapi. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang **“Hubungan Tingkat Religiusitas Dengan *Quarter Life Crisis* (QLC) Pada Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia”**

## **1.2 Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang di atas, bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi perubahan perilaku mahasiswa. Peneliti memfokuskan penelitian ini pada hubungan tingkat religiusitas dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. Dalam penelitian ini, rumusan masalah diklasifikasikan menjadi dua yakni secara umum dan secara khusus. Secara umum, Bagaimanakah hubungan tingkat religiusitas dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia. Sedangkan secara khusus akan diuraikan sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat religiuistas mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia?
2. Bagaimana tingkat *quarter life crisis* (QLC) pada mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia?
3. Bagaiman hubungan tingkat religiusitas dengan *quarter life crisis* pada Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini peneliti mengklasifikasikan menjadi dua tujuan, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Secara umum tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan tingkat religiusitas terhadap perubahan emosi pada masa *quarter life crisis* pada mahasiswa. Adapun tujuan khusus diuraikan sebagai berikut:

Tujuan khusus penelitian:

- a. Untuk mengetahui tingkat religiusitas mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia
- b. Untuk mengetahui tingkat *quarter life crisis* pada mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia
- c. Untuk mengetahui hubungan religiusitas *quarter life crisis* pada mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia

### 1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis.

- a. Manfaat Teoritis
  - Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan wawasan serta pengetahuan bagi pembaca terkait dengan hubungan tingkat religiusitas dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia.
  - Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan bagi perkembangan Ilmu Pendidikan Agama Islam

- b. Manfaat Praktis

Jika hipotesis dalam penelitian ini terbukti benar, diharapkan :

- Bagi mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia agar dapat memahami fenomena *quarter life crisis* serta mampu menangani dengan tepat ketika mengalami *quarter life crisis*.
- Bagi pembaca diharapkan memberikan dukungan sosial berupa dorongan seperti perhatian, semangat, bantuan, serta mengasihi sesama.

- Bagi peneliti agar dapat bermanfaat untuk dijadikan acuan serta pertimbangan jika diadakan penelitian selanjutnya.

### **1.5 Struktur Organisasi Skripsi**

Struktur organisasi skripsi digunakan untuk memuat sistematik penulisan skripsi dengan memberikan gambaran yang jelas serta menyeluruh. Hal ini ditujukan agar pembaca dapat memahami tentang isi skripsi ini. Peneliti menyajikan struktur organisasi skripsi dengan penjelasan secara garis besar.

Skripsi ini terdiri dari lima bab yang saling terkait setiap babnya:

Bab I pendahuluan, bab ini terdiri dari latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penelitian.

Bab II kajian Pustaka, bab ini membahas tentang teori-teori dan konsep-konsep mengenai judul skripsi yang penulis ambil yaitu Hubungan Tingkat Religiusitas Mahasiswa dengan *Quarter Life Crisis* (QLC) Pada Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia

Bab III metode penelitian, bab ini berisi desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, definisi operasional, pengumpulan data dan analisis.

Bab IV temuan dan pembahasan, yang terdiri atas temuan penelitian yang memaparkan segala hal yang ditemukan oleh peneliti pada dokumen sesuai rumusan masalah.

Bab V simpulan, implikasi dan rekomendasi, yang berisi simpulan, implikasi dan rekomendasi dari hasil penelitian yang telah dianalisis.