

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Manusia mengalami berbagai tahapan perkembangan sepanjang rentang kehidupannya, dimulai sejak masa bayi, kanak-kanak, remaja, hingga masa dewasa. Setiap fase memiliki karakteristik dan tugas perkembangan yang berbeda, baik dari segi fisik, kognitif, emosional, maupun sosial. Menurut Hurlock (1990), perkembangan manusia dibagi ke dalam beberapa tahap utama, yaitu masa bayi (0–2 tahun), masa kanak-kanak (2–12 tahun), masa remaja (12–18 tahun), masa dewasa awal (18–29 tahun), masa dewasa madya (30–60 tahun), dan masa dewasa akhir (60 tahun ke atas).<sup>1</sup> Di antara tahapan tersebut, masa dewasa awal sering disebut sebagai fase yang paling krusial karena individu mulai menghadapi berbagai tuntutan kehidupan baru, seperti kemandirian, karier, serta tanggung jawab sosial dan ekonomi.

Pada masa ini yaitu masa dewasa awal, individu mulai membentuk pola pikir, nilai-nilai, dan identitas diri yang akan memengaruhi kehidupannya di masa dewasa. Fase dewasa sendiri kerap diwarnai dengan ketidakpastian mengenai masa depan, dan tidak sedikit individu yang mengalami kebingungan atau krisis dalam menghadapi perubahan tersebut. Oleh karena itu, masa ini sering pula disebut sebagai masa usia bermasalah, masa pencarian jati diri yang belum realistis (*unrealism*)<sup>2</sup>, serta masa peralihan menuju kedewasaan yang utuh. Salah satu kelompok yang berada dalam fase perkembangan dewasa awal adalah mahasiswa.

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, baik di universitas, institut, maupun sekolah tinggi, dengan tujuan memperoleh gelar akademik sesuai jenjangnya. Pada tahap ini, mahasiswa menghadapi berbagai dinamika baru dalam pembelajaran, tanggung jawab, dan tekanan sosial yang belum pernah dialami sebelumnya. Dalam konteks sosial, mahasiswa juga dikenal sebagai *agent of change* yang memiliki peran strategis dalam membawa perubahan dan menjadi representasi masa depan bangsa. Menurut Sarwono dalam buku *Mahasiswa dan Dinamika Dunia Kampus*, mahasiswa adalah individu yang secara resmi terdaftar dalam program pendidikan tinggi, dengan rentang usia antara 18 hingga 30 tahun<sup>3</sup>. Untuk mendukung akses pendidikan yang merata, pemerintah menyediakan

---

<sup>1</sup> Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Eirlangga, 2011). h. 246

<sup>2</sup> Sari, Sri Yulia. "Tinjauan Perkembangan Psikologi Manusia Pada Usia Kanak-Kanak dan Remaja." *Primary Education Journal (PEJ)* 1, no. 1 (2017): h.48.

<sup>3</sup> Harun Gafur, *Mahasiswa & Dinamika Dunia Kampus* (Bandung: Cv Rasi Terbit, 2015), h. 17. <https://books.google.co.id/books?id=6jPwDwAAQBAJ>.

berbagai bentuk bantuan pendidikan, salah satunya melalui program Kartu Indonesia Pintar Kuliah (KIP-K) yang ditujukan bagi mahasiswa berprestasi dari keluarga kurang mampu secara ekonomi. Program ini membuka peluang bagi mahasiswa untuk mengenyam pendidikan tinggi tanpa terbebani oleh kendala finansial, meskipun di sisi lain juga menimbulkan tantangan tersendiri dalam hal tekanan akademik dan psikologis.

Program Bidikmisi yang kemudian bertransformasi menjadi KIP-K (Kartu Indonesia Pintar Kuliah) adalah suatu program yang memfasilitasi calon mahasiswa yang memiliki prestasi akademik yang baik namun kurang dalam bidang ekonomi untuk dapat mengenyam pendidikan yang bermutu dengan menerima berbagai fasilitas salah satunya yaitu bebas biaya saat mengikuti seleksi mandiri masuk perguruan tinggi. Selain menerima fasilitas dari program Bidikmisi mahasiswa KIP-K dituntut untuk memenuhi persyaratan selaku penerima beasiswa diantaranya penerima beasiswa KIP-K diharuskan memiliki IPK diatas 2,75 dan mampu menyelesaikan masa studi selama 8 semester untuk program Strata 1 (S1) dan 6 semester untuk strata Diploma tiga (D3) serta harus mengikuti ketentuan lainnya yang berlaku.<sup>4</sup> Keharusan bagi mahasiswa KIP-K untuk lulus tepat waktu tentu saja menuntut kedisiplinan dan motivasi berprestasi mahasiswa tersebut.

Tuntutan akademik dan tekanan ekonomi tersebut kerap dihadapi oleh mahasiswa KIP-K pada masa perkembangan psikososial yang masih rentan. Menurut Jeffrey Arnett, masa dewasa awal yang dikenal dengan istilah *emerging adulthood* merupakan fase penting dalam perkembangan individu yang terjadi pada usia 18 hingga 25 tahun.<sup>5</sup> Pada ada fase ini, individu mengalami berbagai transisi, termasuk pencarian jati diri, eksplorasi peran sosial, dan penentuan arah hidup. Fase ini juga ditandai dengan meningkatnya kebutuhan akan kemandirian, namun sering kali belum diiringi dengan kestabilan emosional dan finansial. Kondisi ini berpotensi menimbulkan krisis identitas yang dalam konteks perkembangan psikologis disebut sebagai *quarter-life crisis*.

*Quarter-life crisis* merupakan suatu fase krisis perkembangan yang umum terjadi pada usia dewasa awal, ditandai oleh perasaan cemas, kebingungan arah hidup, ketidakpastian masa depan, hingga perasaan gagal dan kehilangan makna. Menurut Robbins dan Wilner, individu yang mengalami

---

<sup>4</sup> Dian Septianti, "Pengaruh Pemberian Beasiswa Bidik Misi terhadap Motivasi Berprestasi dan Disiplin Mahasiswa Penerima Beasiswa Bidik Misi di Kota Palembang," *Jurnal Ilmiah Ekonomi Global Masa Kini* 8, no. 2 (2018): 7.

<sup>5</sup> Jeffrey Jensen Arnett, "Emerging Adulthood: A Theory of Development from the Late Teens through the Twenties," *American Psychologist* 55, no. 5 (2000): 469–80, <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>.

*quarter-life crisis* sering kali meragukan keputusan-keputusan penting dalam hidupnya, merasa terjebak dalam tekanan sosial, serta sulit mengelola tuntutan yang datang dari berbagai aspek, baik akademik, ekonomi, maupun relasi sosial. Fase ini bukan hanya mempengaruhi kondisi emosional, tetapi juga dapat berdampak pada performa akademik, kesehatan mental, dan relasi interpersonal seseorang. Dalam konteks mahasiswa, *quarter-life crisis* dapat muncul sebagai respons terhadap ketidakpastian masa depan, ketakutan tidak mampu memenuhi ekspektasi, serta tekanan untuk membuat keputusan besar dalam waktu yang terbatas.

Fenomena *quarter-life crisis* ini juga tercermin dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap beberapa mahasiswa penerima beasiswa KIP-K di UIN Sultan Maulana Hasanuddin (SMH) Banten. Melalui wawancara mendalam, ditemukan adanya gejala-gejala psikologis khas yang menggambarkan krisis ini, seperti kecemasan berlebihan terhadap masa depan, tekanan untuk menyelesaikan studi tepat waktu, serta ketakutan akan kegagalan dalam memenuhi ekspektasi keluarga dan tuntutan beasiswa. Seorang mahasiswa semester delapan, mengungkapkan kekhawatirannya karena batas maksimal penerimaan beasiswa KIP-K adalah delapan semester. Dirinya merasa tertekan karena belum menyelesaikan skripsi, takut tidak dapat lulus tepat waktu, dan khawatir tidak mampu membayar Uang Kuliah Tunggal (UKT) jika harus memperpanjang masa studi.

Untuk memperkuat data lapangan, peneliti melakukan studi pendahuluan dengan wawancara beberapa mahasiswa penerima beasiswa KIP-K UIN Sultan Maulana Hasanuddin pada bulan Januari 2025, ditemukannya fenomena *quarter life crisis* yakni ditandai dengan perasaan cemas tidak bisa menyelesaikan studinya tepat waktu, takut mengecewakan ekspektasi orang tua, dan rasa khawatir dengan masa depan. Responden pertama, yang telah diwawancarai dari pra-penelitian, salah satunya adalah mahasiswi yang saat ini sudah semester 8 usia 22 tahun, di mana kekhawatiran dan perasaan takut serta berpikir yang berlebihan (*over thinking*) terkait masa depannya. Seperti yang diketahui bahwasannya batas untuk mendapatkan KIP-K di UIN SMH Banten maksimal hanya sampai 8 semester. Ia takut jika tidak bisa lulus tepat waktu dan harus menambah semester. Sementara untuk kebutuhan dalam pembiayaan UKT dibantu melalui beasiswa KIP-K, Jadi ketika sudah tidak bisa dibiayai lagi ia khawatir akan putus kuliah.

Selain itu, pada wawancara pra-penelitian responden kedua semester 8 usia 21 tahun, ketakutan yang lainnya juga terus mengganai dirinya, ia juga memikirkan bagaimana nasib dirinya ketika ia sudah lulus kuliah dan belum mendapat pekerjaan, sebab keluarganya dengan biaya hidup yang sangat

rendah membuat dirinya tidak bisa terus-menerus untuk dibiayai oleh orang tuanya lagi.

Dari hasil wawancara dengan responden ketiga semester 6 usia 21 tahun juga menjelaskan terkait ketidaktauan mau ke arah mana selanjutnya ia akan melanjutkan kehidupannya. Mereka memiliki kebingungan terkait ketidakpastian kerja dan lowongan pekerjaan yang saat ini sangat sulit untuk diraih. Ada banyak lagi ketakutan lainnya, seperti bagaimana jika dirinya gagal, tidak berhasil mendapat pekerjaan yang layak, tidak dapat membantu orang tuanya untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, dan sebagainya.

Responden terakhir semester 8 usia 22 tahun juga menjelaskan jika dirinya mempunyai kekhawatiran ketika melihat teman-teman seangkatannya yang sudah mulai sidang skripsi. Ia merasa tertekan karena harus mengejar waktu yang sudah hampir maksimal ini, hal tersebut membuat dirinya justru tidak berkonsentrasi dalam mengerjakan skripsinya.

Pada dasarnya fenomena *quarter-life crisis* tidaklah terjadi atau dialami oleh seluruh manusia pada masa perpindahan. Melainkan ada sebagian individu yang menjalani masa-masa transisi pada usia 20-an dengan hati dan perasaan yang menyenangkan karena melewatinya dengan mencoba berbagai upaya untuk mendapatkan segala kemungkinan guna memperoleh makna hidup bagi mereka.

Kondisi ini menimbulkan urgensi untuk melakukan penelitian yang dapat mengidentifikasi tingkat *quarter-life crisis* secara spesifik pada kelompok tersebut. Tanpa adanya pemahaman yang komprehensif, risiko terjadinya gangguan psikologis, penurunan prestasi akademik, serta ketidakmampuan dalam pengambilan keputusan masa depan akan semakin besar. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan tidak hanya untuk mengisi celah (gap) dalam literatur ilmiah, tetapi juga untuk memberikan dasar empiris bagi penyusunan program intervensi psikologis atau layanan bimbingan konseling yang tepat sasaran di lingkungan perguruan tinggi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat *quarter-life crisis* pada mahasiswa penerima beasiswa KIP-K di UIN SMH Banten serta mengeksplorasi faktor-faktor yang berperan dalam peningkatan atau pengurangan gejala krisis tersebut. Dengan menggunakan metode kuantitatif deskriptif, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi pihak universitas dan pengelola beasiswa untuk memperbaiki kebijakan serta memberikan intervensi yang tepat guna meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa penerima beasiswa.

## B. Identifikasi Masalah

Latar belakang masalah yang telah dipaparkan, identifikasi masalah dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Masih terdapat mahasiswa usia dewasa awal mengalami kebingungan arah hidup dan ketidakpastian masa depan, terutama pada masa transisi dari dunia akademik ke dunia kerja.
2. *Quarter-life crisis* menjadi fenomena yang sering terjadi pada mahasiswa.
3. Mahasiswa penerima beasiswa KIP-K mengalami tekanan tambahan, baik dari segi akademik maupun sosial ekonomi.
4. Kurangnya dukungan sosial serta tekanan akademik yang tinggi memperbesar resiko krisis psikologi pada mahasiswa penerima beasiswa dibandingkan mahasiswa non-mahasiswa.
5. Belum adanya data empiris yang menunjukkan tingkat *quarter-life crisis* pada mahasiswa penerima beasiswa KIP-K.

## C. Batasan Masalah

Identifikasi masalah di atas penulis menyadari bahwa tidak semua masalah dapat ditangani mengingat keterbatasan waktu, kemampuan, tenaga dan biaya. Oleh karena itu penulis menetapkan batasan-batasan sebagai berikut:

1. Penelitian ini berfokus pada mahasiswa penerima KIP-K di Universitas Islam Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Variabel yang akan diuji dalam penelitian ini yaitu *quarter-life crisis*.

## D. Rumusan Masalah

Adapun Rumusan Masalah dalam penelitian ini “Seberapa Tinggi Tingkat *Quarter-Life Crisis* Mahasiswa Penerima Beasiswa KIP-K di Universitas Islam Sultan Maulana Hasanuddin Banten?”

## E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat *quarter-life crisis* mahasiswa penerima beasiswa KIP-K di Universitas Islam Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

## F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik dari segi teoritis maupun praktis. Adapun manfaat yang di dapatkan di antaranya:

### 1. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat memberikan kebermanfaatan terhadap keilmuan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling, dengan memperkaya kajian mengenai dinamika psikologis mahasiswa pada masa dewasa awal. Hasil dari penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti-peneliti selanjutnya.

### 2. Manfaat praktis

#### a. Bagi mahasiswa penerima beasiswa KIP-K

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada mahasiswa penerima beasiswa KIP-K mengenai kondisi psikologis yang mungkin mereka alami, khususnya berkaitan dengan fenomena *quarter-life crisis*. Dengan demikian, mahasiswa dapat lebih menyadari pentingnya pengelolaan diri dan kesiapan mental dalam menghadapi masa transisi menuju dewasa awal.

#### b. Bagi lembaga pengurus beasiswa

Temuan dari penelitian ini dapat menjadi masukan bagi institusi pendidikan dalam merancang program dukungan psikososial atau kebijakan yang mendukung kesehatan mental mahasiswa, khususnya bagi penerima beasiswa yang memiliki tantangan tersendiri dalam perjalanan akademiknya.

#### c. Bagi Program Studi

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan wawasan keilmuan di bidang Bimbingan dan Konseling, khususnya terkait permasalahan psikologis yang dialami oleh mahasiswa pada tahap perkembangan dewasa awal. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi bahan pertimbangan dalam penyusunan materi pembelajaran, pengembangan kurikulum, serta pelaksanaan layanan konseling yang relevan dengan kebutuhan mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi.

#### d. Bagi penulis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman dan wawasan baru dalam bidang penelitian khususnya mengenai *quarter-life crisis*, sehingga peneliti dapat memahami permasalahan dan bisa menyelesaikan dengan baik.

## G. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Penelitian ini yang berkaitan dengan topik *quarter-life crisis* menunjukkan bahwa fenomena ini umum terjadi di kalangan mahasiswa, khususnya pada

usia dewasa awal yang sedang berada dalam fase transisi hidup. Berikut ini adalah beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini:

1. Putri, Ameliya Rahmawati dalam penelitiannya yang berjudul “*Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Quarter-Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir*” menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan Quarter-Life Crisis. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, semakin rendah kecenderungan mereka mengalami QLC. Relevansinya dengan penelitian ini adalah bahwa mahasiswa penerima beasiswa KIP-K mungkin mengalami tekanan tambahan yang mempengaruhi persepsi terhadap dukungan sosial, sehingga lebih rentan mengalami QLC.<sup>6</sup> Dalam penelitian ini terdapat persamaan yaitu salah satu variabel nya membahas *Quarter-Life Crisis* menggunakan metode kualitatif. Selain itu terdapat perbedaan yaitu pada penelitian ini menggunakan dua variabel yakni Dukungan Sosial dan *Quarter-Life Crisis* serta menggunakan populasi mahasiswa tingkat akhir.
2. Umah, Rohmatul dalam skripsi berjudul “*Pengaruh Kematangan Karir terhadap Quarter-Life Crisis pada Mahasiswa Psikologi yang Sedang Mengerjakan Skripsi*” menyimpulkan bahwa kematangan karir memiliki pengaruh signifikan terhadap Quarter-Life Crisis sebesar 41,6%. Mahasiswa dengan kematangan karir rendah cenderung lebih rentan mengalami QLC. Dalam penelitian ini terdapat persamaan yaitu salah satu variabel nya membahas *Quarter-Life Crisis* menggunakan metode kualitatif. Selain itu terdapat perbedaan yaitu pada penelitian ini terdapat dua variabel kematangan karir serta *Quarter-Life Crisis* sedangkan peneliti hanya menggunakan satu variabel yaitu *Quarter-Life Crisis*.<sup>7</sup>
3. Afrilia, Devika Dian dalam penelitiannya berjudul “*Hubungan antara Religiusitas dengan Quarter-Life Crisis pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Walisongo Semarang*” menemukan bahwa religiusitas memiliki hubungan negatif signifikan terhadap QLC ( $r = -0.212$ ,  $p < 0.05$ ). Mahasiswa dengan tingkat religiusitas yang tinggi lebih mampu mengelola tekanan hidup dan cenderung memiliki tingkat QLC yang lebih rendah. Hal ini menunjukkan bahwa aspek psikologis dan spiritual turut berpengaruh terhadap munculnya *quarter-life crisis*, dan penting dipertimbangkan dalam menilai tingkat *quarter-life crisis* pada kelompok

---

<sup>6</sup> Rahmawati Putri Ameliya, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Quarter-Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir”

<sup>7</sup> Rohmatul Umah, “PENGARUH KEMATANGAN KARIR TERHADAP QUARTER-LIFE CRISIS PADA MAHASISWA PSIKOLOGI YANG SEDANG MENERJAKAN SKRIPSI”.

mahasiswa KIP-K.<sup>8</sup> Dalam penelitian ini terdapat persamaan yaitu salah satu variabel nya membahas *quarter-life crisis* menggunakan metode kuantitatif. Selain itu terdapat perbedaan yaitu pada penelitian ini menggunakan populasi pada mahasiswa tingkat akhir sedangkan peneliti menggunakan populasi mahasiswa penerima beasiswa KIP-K UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

## H. Definisi Oprasional

*Quarter-life crisis* adalah kondisi psikologis yang ditandai dengan perasaan ragu, cemas, kebingungan, dan ketidakpastian dalam menghadapi masa depan, yang dialami oleh individu pada masa dewasa awal.<sup>9</sup> Dalam penelitian ini, *quarter-life crisis* diukur menggunakan skala *quarter-life crisis* yang disusun berdasarkan indikator-indikator:

1. Kebingungan dalam mengambil keputusan
2. Putus asa
3. Penilaian diri yang negatif
4. Terjebak dalam situasi sulit
5. Perasaan cemas
6. Tertekan masalah
7. Khawatir terhadap hubungan *interpersonal*

---

<sup>8</sup> Devika Afrilia, "HUBUNGAN ANTARA RELIGIUSITAS DENGAN QUARTER-LIFE CRISIS PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR UIN WALISONGO SEMARANG," 2022.

<sup>9</sup> Robinson, O. C. (2016). *Emerging adulthood, early adulthood and quarter-life crisis: Updating Erikson for the 21st century*. Developmental Psychology.