

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai *Tingkat Quarter-Life Crisis pada Mahasiswa Penerima Beasiswa KIP-K di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten*, dapat disimpulkan bahwa:

1. Dalam kategori keseluruhan mahasiswa penerima beasiswa KIP-K di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten bahwa 38% mahasiswa penerima beasiswa KIP-K kategori sedang. Selain itu, terdapat 58% mahasiswa penerima beasiswa KIP-K berada dalam kategori tinggi dan 4% mahasiswa penerima beasiswa KIP-K termasuk dalam kategori sangat tinggi. Secara keseluruhan dari total 100 mahasiswa penerima beasiswa KIP-K di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten angkatan, mayoritas dari mereka memiliki tingkat *quarter life crisis* yang tergolong tinggi.
2. Dalam Kategori Jenis kelamin yang 51% yang berjenis laki-laki termasuk kategori tinggi dan 61% yang berjenis Perempuan termasuk kategori tinggi. Jadi dapat disimpulkan bahwa mahasiswa penerima beasiswa KIP-K di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten laki-laki maupun Perempuan memiliki tingkat *quarter life crisis* yang tergolong tinggi.
3. Dalam Kategori 7 aspek ada 3 yang memiliki kategori tingkat *quarter life crisis* yang tergolong tinggi yaitu putus asa dengan 64% yang memiliki kategori sangat tinggi, kemudian aspek terjebak dalam situasi sulit sebesar 38% yang memiliki kategori tinggi dan Khawatir terhadap hubungan *interpersonal* sebanyak 58%.

Kondisi diatas menunjukkan bahwa mahasiswa berada pada fase transisi menuju kedewasaan yang penuh dengan ketidakpastian dan tuntutan, baik dari diri sendiri maupun lingkungan sosialnya. Tekanan tersebut muncul karena mahasiswa penerima KIP-K harus mempertahankan prestasi akademik dengan IPK minimal 2,75 dan lulus tepat waktu agar tetap mendapatkan beasiswa. Situasi tersebut memunculkan tekanan emosional, kecemasan, dan kebingungan terhadap masa depan yang merupakan ciri khas *Quarter-Life Crisis* menurut Robbins dan Wilner.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tingkat *Quarter-Life Crisis* mahasiswa penerima beasiswa KIP-K di UIN SMH Banten berada pada kategori tinggi, yang menunjukkan adanya kebutuhan dukungan psikologis dan

layanan bimbingan konseling untuk membantu mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik dan emosional yang dialaminya.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Mahasiswa Penerima Beasiswa KIP-K

Diharapkan agar mahasiswa lebih mampu mengelola stres, kecemasan, dan tekanan akademik dengan cara mengembangkan kemampuan *self-regulation* dan *coping strategy* yang positif. Mahasiswa juga diharapkan dapat lebih terbuka untuk mencari bantuan melalui layanan konseling kampus apabila mengalami tekanan psikologis.

### 2. Bagi Pihak Kampus / UIN SMH Banten

Disarankan agar pihak kampus, khususnya Lembaga Bimbingan dan Konseling, dapat menyediakan program pendampingan psikologis atau konseling kelompok yang berfokus pada pengelolaan stres, motivasi belajar, dan perencanaan masa depan bagi mahasiswa penerima KIP-K.

### 3. Bagi Pengelola Beasiswa KIP-K

Perlu adanya pendekatan yang lebih humanis dan suportif dalam memberikan pendampingan kepada penerima beasiswa, tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik tetapi juga memperhatikan kondisi psikologis dan kesejahteraan mental mahasiswa.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian berikutnya dapat mengembangkan kajian ini dengan pendekatan yang berbeda, misalnya kuantitatif komparatif atau kualitatif eksploratif, untuk melihat perbedaan tingkat *Quarter-Life Crisis* antara mahasiswa penerima dan non-penerima beasiswa, atau menggali lebih dalam faktor-faktor penyebab dan strategi coping yang digunakan mahasiswa.

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat menjadi bahan acuan dalam memahami kondisi psikologis mahasiswa penerima beasiswa KIP-K, serta menjadi dasar bagi penyusunan kebijakan dan program intervensi psikologis di lingkungan perguruan tinggi.