

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh munculnya fenomena *Quarter Life Crisis* di Indonesia dipicu oleh tuntutan sosial yang memaksa individu untuk sesuai dengan ekspektasi masyarakat. Ekspektasi tersebut kemudian didukung oleh berbagai pertanyaan seperti “kamu kapan lulus?” “dimana kamu bekerja?” “kapan kamu akan menikah?” “kenapa belum menikah?”. Selain itu, berbagai stigma di masyarakat juga turut berperan dalam mempengaruhi *Quarter Life Crisis* seseorang. Psikoterapi menjadi pendekatan yang umum digunakan untuk membantu individu mengatasi masalah psikologis dan mengembangkan kesejahteraan mental. Salah satu pendekatan yang menarik dalam konteks ini adalah peran taubat dalam membantu mengatasi *Quarter Life Crisis*. Namun, penelitian tentang peran taubat sebagai bentuk psikoterapi khususnya dalam konteks *Quarter Life Crisis* masih terbatas. Ada kebutuhan untuk memahami bagaimana taubat dapat mempengaruhi aspek-aspek psikologis dan emosional yang terkait dengan *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa.

Penelitian ini memiliki rumusan masalah yaitu (1) Bagaimana pemaknaan taubat menurut mahasiswa jurusan tasawuf dan psikoterapi angkatan 2021? (2) Bagaimana relevansi taubat dengan *Quarter Life Crisis* pada mahasiswa jurusan tasawuf dan psikoterapi angkatan 2021? (3) Bagaimana peran taubat sebagai psikoterapi dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung?

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, dengan menggunakan metode studi kasus dengan teknik pengumpulan data, yaitu (1) Wawancara, (2) Observasi, dan (3) Dokumentasi. Analisis data menggunakan *data collection*, *data reduction*, *data display*, dan *verification*. Subjek penelitian adalah mahasiswa aktif jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan Tahun 2021.

Hasil penelitian ini yaitu: 1. Pemaknaan Taubat Menurut Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2021; Pandangan Mahasiswa TP Angkatan 2021 melihat taubat sebagai proses spiritual mendalam yang melibatkan pengakuan dosa, penyesalan, dan komitmen perbaikan. Mereka bertujuan mendekatkan diri kepada Tuhan dan membersihkan hati. Meskipun pendekatan bervariasi, kesamaan dalam pemahaman ini menekankan signifikansi taubat dalam kehidupan spiritual mereka. 2. Relevansi Taubat dengan *Quarter Life Crisis* pada Mahasiswa TP Angkatan 2021; Taubat dapat menjadi solusi relevan untuk mengatasi *Quarter Life Crisis*. Dalam konteks ini, taubat bisa mencakup introspeksi diri, merencanakan langkah-langkah konkret untuk mengubah situasi, dan mencari bimbingan spiritual. 3. Peran Psikoterapi Taubat Dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung; Dari kesembilan Informanyang diwawancara setiap Informanmengungkapkan bahwa taubat sangat berkontribusi sebagai psikoterapi dalam menghadapi *Quarter Life Crisis* . Setiap Informanmenjelaskan dengan rinci bahwa taubat merupakan salah satu cara untuk menghadapi masalah apapun dan *Quarter Life Crisis* juga merupakan salah satu contoh yang bisa dihadapi oleh taubat.

Kata kunci : Taubat, *Quarter Life Crisis*