

ABSTRAK

Meritha Putri Jayanti: Pengaruh Pola Asuh Demokratis Terhadap Fase *Quarter Life Crisis* Ditinjau dari Permasalahan Pribadi Mahasiswa (Penelitian pada Mahasiswa Institut Darul Huffadz Indonesia)

Quarter life crisis merupakan fase transisi menuju dewasa awal yang ditandai dengan ketidakpastian arah hidup, krisis identitas, kecemasan, dan keraguan dalam mengambil keputusan. Kondisi ini berdampak pada kesehatan mental dan perkembangan psikososial mahasiswa. Salah satu faktor yang berperan dalam mengurangi gejala tersebut adalah pola asuh demokratis, yang menyeimbangkan kebebasan dengan pengawasan melalui komunikasi terbuka, dukungan emosional, dan kontrol konsisten.

Penelitian ini bertujuan menguji pengaruh pola asuh demokratis terhadap fase *quarter life crisis* pada mahasiswa Institut Darul Huffadz Indonesia. Fokus penelitian adalah mengetahui sejauh mana pola pengasuhan yang seimbang antara kontrol dan dukungan orang tua memengaruhi tingkat kecemasan, kebingungan, dan ketidakpastian mahasiswa.

Landasan teori mengacu pada konsep pola asuh demokratis menurut Baumrind (1971) dengan empat indikator: responsif terhadap anak, dorongan positif, kehangatan emosional, dan kontrol konsisten. Teori *quarter life crisis* dari Robbins & Wilner (2001) digunakan dengan tujuh indikator, termasuk keraguan, krisis identitas, dan kesulitan menyeimbangkan hidup.

Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kausalitas dan analisis regresi linear sederhana. Populasi adalah seluruh mahasiswa tingkat akhir berjumlah 30 orang melalui teknik sensus. Instrumen berupa kuesioner skala Likert berdasarkan indikator variabel penelitian, dianalisis dengan uji validitas, reliabilitas, dan regresi menggunakan SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan pola asuh demokratis berpengaruh signifikan terhadap *quarter life crisis*, dengan arah hubungan negatif, nilai signifikansi 0,000, dan kontribusi 48,2%. Semakin tinggi pola asuh demokratis, semakin rendah tingkat *quarter life crisis*. Sisanya 51,8% dipengaruhi faktor lain seperti dukungan sosial dan kondisi ekonomi.

Kata kunci: mahasiswa, pola asuh demokratis, *quarter life crisis*