

ABSTRAK

Quarter life crisis merupakan krisis kehidupan yang terjadi pada usia 20-30 tahun. Krisis ini dapat menyerang kesehatan mental para mahasiswa apabila terus dibiarkan keberadaannya. Banyaknya pilihan dan masalah yang akan dihadapi oleh mahasiswa semester akhir ditambah lagi dengan trend menyombongkan diri atas pencapaian-pencapaian pada media sosial, membuat para mahasiswa menjadi semakin dilema untuk menghadapi ketidakpastian masa depan. Peneliti mengasumsikan rasa syukur yang dapat memberikan efek yang positif kepada individu agar lebih bersemangat, percaya diri dan dapat menemukan jalan keluar dalam setiap permasalahan yang dialami.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah terdapat pengaruh yang signifikan yang diberikan oleh rasa syukur terhadap *quarter life crisis* yang dialami oleh mahasiswa semester akhir angkatan 2017 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian yang dipakai adalah metode asosiatif kausal, hal ini dikarenakan peneliti ingin mencari pengaruh variabel X terhadap variabel Y. Data didapatkan melalui penyebaran angket kepada 54 mahasiswa semester akhir angkatan 2017 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Data diolah dengan bantuan aplikasi statistik SPSS IBM Ver.20. Dengan teknik analisis data yang dipakai menggunakan analisis regresi linier sederhana.

Maka hasil yang didapatkan adalah sebanyak 41 mahasiswa dengan prosentase sebesar 75,9% mengalami *quarter life crisis* pada tingkatan sedang. Sedangkan rasa syukur yang dialami oleh mahasiswa berada pada tingkatan tinggi dengan prosentase sebesar 63%. Kemudian, berdasarkan hasil yang dilakukan melalui analisis regresi linier sederhana didapatkan nilai sebesar -0,777 dengan determinasi koefisien sebesar 25,5%. Sehingga hipotesis yang dirumuskan oleh peneliti dapat diterima yakni terdapat pengaruh yang signifikan yang diberikan oleh rasa syukur terhadap *quarter life crisis* pada mahasiswa semester akhir angkatan 2017 Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Kata Kunci : Mahasiswa Semester Akhir, *Quarter Life Crisis*, Rasa Syukur.