

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Perkembangan manusia selalu menjadi hal yang menarik untuk diteliti. Perkembangan manusia sungguh luas dan terus berkembang. Namun aspek perkembangan yang paling umum terjadi ialah: (a). Perkembangan aspek fisik, (b). Perkembangan intelegensi, (c). Perkembangan aspek emosi, (d). perkembangan bahasa, (e). Perkembangan sosial, (f). Perkembangan aspek kepribadian, (g). Perkembangan moral, (h). Perkembangan kesadaran beragama. Kedelapan perkembangan tersebut pasti terjadi dalam pertumbuhan seseorang sejak lahir hingga akhir hayatnya. (Fithri Kayyis, 2019 : 29)

Agar mudah dipahami setiap manusia akan mengalami periode atau fase perkembangan, yaitu fase pra-kelahiran, fase bayi, kanak-kanak awal, kanak-kanak tengah, remaja, dewasa dan masa tua. (John W, 2007:19). Dalam perkembangannya manusia akan mengalami atau melewati fase usia remaja dimana usia ini sering kali menjadi rentang waktu yang sangat penting yang perlu diperhatikan oleh orang tuanya. Setelah melewati fase perkembangan remaja maka ia akan memasuki masa fase dewasa.

Pada fase dewasa inilah seseorang mengalami perkembangan psikologi yang lebih. Dimana perkembangan kesehatan fisiknya juga harus dibersamai dengan perkembangan psikologi yang sehat. Fase dewasa bisa dikatakan fase yang cukup

berat. Banyak perkembangan aspek sosial yang mempengaruhi kesehatan psikologisnya. Tekanan dari sisi luar mulai mempengaruhi emosinya. Emosi menjadi kurang terkendali jika tidak mengetahui cara yang baik untuk mengekspresikan emosi dalam jiwanya.

Sebut saja rohaniannya. Rohani artinya berkaitan dengan roh/rohaniah (Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, 2005). Dalam islam disebut aspek rohani ialah sebuah bagian dalam manusia yang tidak dapat diraba namun dapat dirasakan. Rohani adalah bagian yang halus, yang dirahasiakan Allah SWT tentang hakikatnya. Rohani dapat dikatakan juga jiwa manusia. Bukan suatu hal yang aneh jika seseorang dilanda kecemasan dalam hidupnya.

Perkembangan Manusia Meliputi: *Pertama*, aspek fisik. Perkembangan fisik mencakup empat aspek yaitu, sistem syaraf, otot, kelenjar endoktrin, dan struktur fisik. (Elizabeth B. Hurlock, 1978 : 112) Selain itu, terdapat aspek fisiologis lainnya yang sangat penting bagi kehidupan manusia, aspek itu kita kenal dengan sebutan otak (*brain*). (Syamsul Yusuf, 2011 : 101) *Kedua*, aspek emosi. Emosi merupakan warna afektif yang menyertai setiap keadaan atau perilaku individu yang bervariasi dalam setiap periode perkembangannya. ( Syamsul Yusuf, 2011 : 115). *Ketiga*, aspek bahasa. Bahasa memiliki kaitan yang sangat erat dengan kegiatan berfikir, bahasa merupakan salah satu yang membedakan manusia dengan hewan. Fungsi pokok dari bahasa ialah sebagai alat komunikasi atau sarana pergaulan dengan orang lain. ( Enung Fatimah, 2008 : 27). *Keempat*, aspek sosial. Perkembangan sosial merupakan pencapaian kematangan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap sebuah norma, aturan, serta hukum yang berlaku di

masyarakat. Hurlock menyebut perkembangan sosial dengan istilah “penyesuaian sosial”. Penyesuaian sosial diartikan sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya. ( Elizabeth B. Hurlock, 1978 : 287) *Kelima*, aspek kepribadian. Kepribadian diartikan sebagai kualitas perilaku individu yang tampak dalam melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan secara unik. (Syamsul Yusuf, 2011 : 128). *Keenam*, aspek moral. Moralitas merupakan kemauan untuk menerima dan melakukan peraturan, nilai-nilai atau prinsip-prinsip moral. (Yusuf, 2011 : 132). *Ketujuh*, aspek minat beragama. Minat merupakan sumber motivasi yang mendorong seseorang untuk melakukan apa yang mereka inginkan. (Elizabeth B. Hurlock, 1978 : 114).

Tidak setiap individu dapat mencapai aspek perkembangan secara sempurna. Tentu ada saja individu yang kurang mencapai aspek perkembangan di atas. Maka akibatnya ia akan mengalami perubahan yang cepat dan drastis dalam masa hidupnya. Kemudian perubahan yang cepat dan drastis itu akan memberikan perasaan sulit menyesuaikan dengan lingkungan lalu rasa cemas, bingung dan mungkin saja putus asa.

Berbeda dengan individu yang mempersiapkan diri dengan upaya memenuhi aspek perkembangan tadi. Misalnya dengan cara latihan (*exercise*), belajar (*learning*), dan pengalaman (*experience*). Maka apabila semua itu terpenuhi individu akan mudah melewati fase *quarter life crisis* karena memiliki kemampuan pemecahan masalah (*problem solving*) yang baik dan menemukan solusi atas persoalan yang dihadapi.

Tidak terkecuali individu yang sudah melewati masa remajanya dan masuk pada fase atau masa dewasa. Sering kali ada kecemasan yang dirasakan oleh seseorang jika dihadapkan pada keadaan yang kurang bersahabat bagi dirinya. Keadaan-keadaan yang mendorongnya untuk ingin semakin berkembang namun ada hal-hal yang kurang mendukung. Perasaan cemas yang ia rasakan tentu adalah hal yang wajar selagi dapat tertangani oleh dirinya. Istilah yang beredar di khalayak umum ialah *Quarter Life Crisis*.

Pada wawancara pra penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap subjek di lapangan diketahui bahwa perasaan cemas atau tidak nyaman ini tidak serta merta akan hilang pada individu tersebut, melainkan membutuhkan waktu serta proses penerimaan diri juga keadaan. Tidak menutup kemungkinan bahwa individu yang sedang dalam masa *Quarter Life Crisis* akan menyalahkan keadaan atau situasi yang dialaminya saat ini.

Seperti yang dikutip dari Medium.com, Daniel Levinson, seorang profesor psikologi di Universitas Yale, mengatakan bahwa orang-orang muda antara usia 17 hingga 33 banyak berubah saat mereka membentuk kehidupan struktural yang stabil. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu menurut Levinson, struktur struktural kehidupan mencakup nilai, tujuan, dan keyakinan. Dalam Islam, seseorang yang memiliki pandangan hidup Islami atau pandangan dunia Islam adalah pandangan, kepercayaan kepada Allah sebagai satu-satunya tuhan alam semesta dan Nabi Muhammad sebagai utusan. Selanjutnya mengenai tujuan, kita kembali ke tujuan Tuhan menciptakan manusia yang hanya menyembah Tuhan.

Dan orang-orang akan mengambil nilai dari kehidupan jika mereka mengikuti apa yang ada dalam al-qur'an dan Sunnah.

Tidak semua individu mampu menangani rasa cemas, tidak nyaman pada keadaan. Termasuk pada diri guru sekalipun. Mereka sering kali harus terlihat sempurna di hadapan para murid termasuk orang tua atau wali murid. Padahal tentu mereka merasakan hal-hal ketidakseimbangan dalam dirinya yang umumnya dirasakan individu lain. Begitu pun dengan guru di Madrasah Diniyah Takmiliyah Awwaliyah Daarut Tamim Sukamiskin ini. Mengajar merupakan kegiatan yang mulia. Tidak dilihat dari materi namun penuh akan nilai kebajikan bagi seluruh umat muslim.

Studi awal lapangan terhadap guru Madrasah Diniyah Takmiliyah Awwaliyah Daarut Tamim Di Sukamiskin yang berusia 20-25 tahun diketahui ada beberapa masalah *quarter life crisis*. Dalam Robbins dan Wilners (2001) ada dua. *Pertama*, perasaan terjebak dalam suatu situasi, entah itu pekerjaan, relasi, atau hal lainnya. *Kedua*, pikiran bahwa perubahan mungkin saja terjadi. Perubahan ini dimaksudkan pada kejadian-kejadian yang bersifat mendadak. Biasanya adanya perubahan yang tak sesuai dengan komitmen sehingga merasa terjebak pada suatu kondisi tidak mengenakkan baginya.

Kemudian pada pengamatan pra penelitian diketahui salah satu yang dialami oleh pengajar madrasah diniyah takmiliyah awwaliyah daarut tamim yang berusia 20-25 tahun ini ialah perasaan terjebak dalam situasi kesulitan dalam hal ekonomi. Pekerjaan adalah sebuah kebutuhan bagi individu maka pekerjaan ini erat

hubungannya dengan perekonomian. Kemudian ia berusaha untuk melakukan kuliahnya sambil bekerja namun pilihan itu pun berada pada situasi serta kondisinya juga kurang mendukung maka ia merasa terjebak pada situasi yang ada pada dirinya.

Dalam menghadapi pilihan-pilihan yang ada dalam setiap kehidupan, supaya mencapai nilai dengan tujuan penciptaan manusia untuk beribadah juga dengan akar keyakinan yang kuat sebenarnya ada banyak wasilah atau perantara untuk menghadapi *quarter life crisis* yang kerap kali membuat seseorang mengalami stres bahkan depresi salah satunya dengan *qana'ah*. *Qana'ah* menjadi psikoterapi islam atau cara penyembuhan rohani dalam islam. Sebuah jalan pengobatan yang dilakukan dengan metode keislaman. Selain dari itu, *qana'ah* juga merupakan ilmu tasawuf yakni salah satu cabang dari ilmu-ilmu islam.

*Qana'ah* adalah sikap rela menerima dan merasa cukup atas hasil yang diusahakannya serta menjauhkan diri dari rasa tidak puas dan perasaan kurang. Orang yang memiliki sifat *qana'ah* memiliki pendirian bahwa apa yang diperoleh atau yang ada didirinya adalah kehendak Allah. Sehingga *qana'ah* hadir untuk mengatasi kecemasan atau ketidaknyamanan diri akibat *quarter life crisis*.

Maka untuk membantu fase ini Madrasah Diniyah Takmiliah Daarut Tamim menyelenggarakan muhasabah. Muhasabah dapat dilakukan secara pribadi (sendiri) maupun bersama. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk menelaah lebih jauh bagaimana metode muhasabah tersebut dapat membantu para guru untuk mengatasi fase *quarter life crisis*.

## B. Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian berikut maka dapat diambil pertanyaan penelitian ialah:

1. Bagaimana Kronologis adanya muhasabah serta kondisi *quarter life crisis* pada guru MDTA Daarut Tamim Sukamiskin?
2. Bagaimana metode muhasabah dalam menumbuhkan sikap *qana'ah* dalam menghadapi *quarter life crisis* pada guru di Madrasah Diniyah Takmiliah Awwaliyah Daarut Tamim Sukamiskin ?
3. Bagaimana sikap *qana'ah* pada guru di Madrasah Diniyah Takmiliah Awwaliyah Daarut Tamim Sukamiskin pada saat *quarter life crisis*?

## C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian dari penelitian ini dilaksanakan ialah :

1. Untuk mengetahui bagaimana Kronologis adanya muhasabah serta kondisi *quarter life crisis* pada guru MDTA Daarut Tamim Sukamiskin.
2. Untuk mengetahui metode muhasabah dalam menumbuhkan sikap *qana'ah* pada guru di Madrasah Diniyah Takmiliah Awwaliyah Daarut Tamim Sukamiskin dalam menghadapi *quarter life crisis*.
3. Untuk mengetahui bagaimana *qana'ah* pada guru di Madrasah Diniyah Takmiliah Awwaliyah Daarut Tamim Sukamiskin pada saat *quarter life crisis*.

#### **D. Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini memiliki kegunaan sebagai berikut :

##### 1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat dalam mengembangkan kajian pengetahuan mengenai keilmuan Tasawuf dan Psikoterapi dalam mengatasi kecemasan akan masa depan dengan menggunakan pendekatan sufistik.

##### 2. Kegunaan Praktis

Penulis berharap dengan adanya penelitian ini dapat membantu individu untuk bisa bertahan pada keadaan yang tidak nyaman atau dapat mengatasi kecemasan pada masa *quarter life crisis* dengan cara *berqana'ah* kepada Allah swt.

#### **E. Kajian Penelitian Yang Relevan**

Pada sebuah penelitian, sangat perlu diadakannya identifikasi dari berbagai kajian pustaka, yang memiliki maksud agar mengetahui serta mempelajari penelitian sebelumnya juga agar bisa mendapatkan perbedaan penelitian yang ada dengan yang akan diteliti. Adapun penelitian yang berkaitan dengan “Metode Muhasabah Untuk Menumbuhkan Sikap *Qana'ah* Pada Fase *Quarter Life Crisis*” (Penelitian Pada Madrasah Diniyah Takmiliyah Awwaliyah Daarut Tamim Kelurahan Sukamiskin, Kecamatan Arcamanik, Bandung ) diantaranya ialah sebagai berikut :

1. Jurnal. Anni Zulfiani Husnar, Siti Saniah, Fuad Nashori. 2017 dengan judul Harapan, Tawakal dan Stess Akademik. Kemudian hasilnya terdapat pengaruh negatif dari harapan dan tawakal secara bersama-sama terhadap stres akademik pada mahasiswa. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi harapan dan tawakal pada mahasiswa, maka semakin rendah stres akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah harapan dan tawakal pada mahasiswa, maka semakin tinggi tingkat stres akademiknya. Selain itu, tawakal secara tersendiri berpengaruh negatif terhadap stres akademik mahasiswa. Semakin tinggi tawakal pada mahasiswa, maka semakin rendah tingkat stres akademiknya. Meskipun demikian, disimpulkan pula dalam penelitian ini bahwa tidak terdapat pengaruh harapan secara tersendiri terhadap stres akademik.
2. Jurnal. Iswan Saputro, Annisa Fitri Hasanti, Fuad Nashori. 2017 dengan judul *Qana'ah* pada Mahasiswa Ditinjau dari Kepuasan Hidup dan Stres. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara *qana'ah* pada mahasiswa yang ditinjau dari kepuasan hidup dan stres. Artinya, kepuasan hidup dan stres memiliki pengaruh terhadap *qana'ah* pada mahasiswa. Dari hasil penelitian juga dapat dilihat bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kepuasan hidup terhadap *qana'ah* pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kepuasan hidup yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi pula *qana'ah* yang dimilikinya. Hal ini juga berlaku sebaliknya dimana semakin rendah kepuasan hidup yang dimiliki maka semakin rendah pula *qana'ah* yang

dimiliki mahasiswa. Terdapat pula hubungan negatif yang signifikan antara stres terhadap *qana'ah* pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi stres yang dimiliki maka semakin rendah *qana'ah* yang dimiliki mahasiswa. Hal ini berlaku sebaliknya dimana semakin rendah stres yang dimiliki maka semakin tinggi sifat *qana'ah* yang dimiliki mahasiswa.

3. Jurnal. Alfiesyahrianta Habibie, Nandy Agustin Syakarofath & Zainul Anwar. 2019 dengan judul Peran Religiusitas terhadap *Quarter-Life Crisis* (QLC) pada Mahasiswa. Hasilnya Religiusitas berperan bagi individu di dalam menghadapi masa *quarter-life crisis*. Pengaruh religiusitas terhadap *quarter-life crisis* sebesar 3,4% sedangkan sisanya sebesar 96,6% di luar dari religiusitas yang berasal dari faktor internal maupun eksternal seperti pengalaman pribadi, moral, faktor emosi dan afeksi, serta faktor kapasitas intelektual, kondisi sosial dan lingkungan, tingkat pendidikan, tradisi dan budaya serta tuntutan hidup sehari-hari.
4. Jurnal. Nicole E. Rossi dan Carolyn J. Mebert dalam penelitiannya tentang apakah *quarter life crisis* itu ada? penelitian ini dilakukan di Amerika Serikat dengan membagi ke dalam 4 kelompok dewasa muda yakni siswa sekolah menengah atas sebanyak 23 orang, mahasiswa perguruan tinggi sebanyak 117 orang, *freshgraduate* sebanyak 75 dan yang telah bekerja sebanyak 57 orang. Hasilnya ditemukan bahwa depresi akan *quarter life crisis* dikaitkan dengan dukungan keluarga, komitmen, pendapatan, dukungan dari teman.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu ialah pada metode muhasabah sebagai penyembuhan atau pertolongan rasa cemas, bingung,

terjepit keadaan sulit dengan cara atau sikap *qana'ah* yang ada pada individu yang mengalami *quarter life crisis*. Dengan *qana'ah* pula individu diharapkan dapat bertahan pada situasi yang banyak mengalami perubahan drastis tersebut sehingga tidak mengalami stress atau depresi.

## F. Landasan Pemikiran

Dalam Landasan Pemikiran ini peneliti menguraikan pemikiran yang mendalam berdasarkan kajian teori yang dipandang relevan ialah :

### 1. Landasan Teoritis

#### a. *Quarter life crisis*

*Quarter life crisis* diartikan dengan krisis seperempat abad. Seperempat abad ini dikatakan karena manusia itu sudah menginjak usia masa perkembangan dewasa, yakni usia 20-30 tahun. *Emerging adulthood* adalah masa perubahan atau transisi yang terletak diantara setelah masa remaja namun belum menginjak masa atau fase dewasa awal dengan berfokus pada usia 18-25 tahun.

*Quarter Life Crisis* merupakan sebuah keadaan yang sering dialami oleh manusia yang mulai memasuki fase dewasa. Biasanya keadaan ini dialami oleh manusia berumur 20-30 tahun. *Quarter Life Crisis* terjadi disebabkan karena adanya sebuah perbandingan yang dilakukan oleh diri masing-masing terhadap kesuksesan yang didapatkan oleh orang lain. Sehingga tidak jarang beberapa orang menganggap dirinya sebagai manusia yang belum berhasil. *Quarter Life Crisis* menyebabkan orang mengalami periode krisis jati diri dan

emosional yang melibatkan kesedihan, ketidakcukupan, kesepian, kecemasan, keraguan diri, kebingungan, kurangnya motivasi dan ketakutan akan kegagalan.

Menurut seorang peneliti psikologi dan pengajar di University of Greenwich, London. Oliver Robinson, tahapan *Quarter Life Crisis* memiliki empat. *Pertama*, yaitu mengalami perasaan terjebak dalam suatu situasi seperti pekerjaan, relasi, atau hal lainnya. *Kedua*, adanya pikiran tentang kemungkinan terjadinya perubahan. Selanjutnya, periode membangun kembali hidup yang baru. *Terakhir*, tahap pengukuhan komitmen baru terkait dengan aspirasi, kepentingan, dan nilai pribadi. *Quarter Life Crisis* pada umumnya dialami orang pada usia 20-an, baik di awal, di tengah, maupun di akhir dekade ketiga dalam hidup seseorang. Namun, perasaan bingung, sedih, dan cemas yang terdapat pada *Quarter Life Crisis* menandakan seseorang hendak memasuki tahap kedewasaan. Hal ini juga bisa bertahan hingga usia 30-an.

#### b. Muhasabah

Muhasabah atau intropeksi diri adalah tindakan seseorang untuk melihat kembali amalnya setiap hari dan setiap saat, baik berupa kebaikan maupun keburukan, baik berupa kebenaran maupun kesalahan, baik berupa dosa maupun pahala. Kemudian ia meneliti semua itu secara lebih dalam, mensyukuri kebaikan yang muncul darinya, beristighfar untuk menghilangkan dosa dan kekeliruan, bertaubat, menyesal, dan memperbaiki kesalahan, serta kekeliruan yang dilakukannya. Berdasarkan ini, maka muhasabah dapat

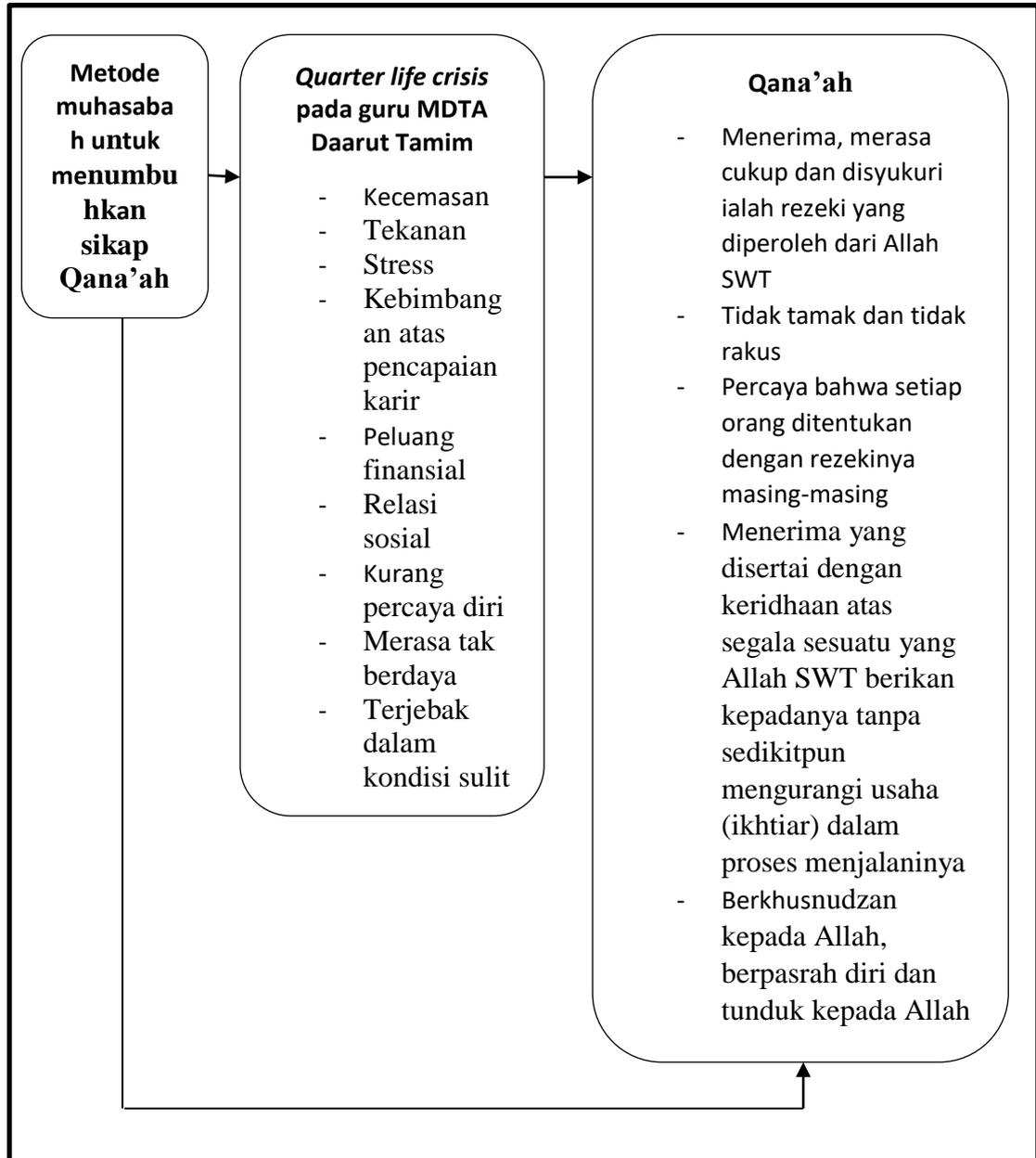
dianggap sebagai sebuah tekad dan upaya sungguh-sungguh yang sangat penting bagi aktualisasi jati diri manusia.

Muhasabah juga dapat didefinisikan sebagai tindakan seseorang untuk mengetahui berbagai sisi dirinya sendiri. Berupa sisi *laduniyah* yang ia miliki, kedalaman batinnya, dan keluasan jiwanya. Termasuk pula pengetahuan atas semua sisi ini. Kemudian ia menganalisa dan menampilkan kandungan yang ada di dalamnya. Dengan pengertian seperti ini, muhasabah adalah kerja keras spiritual dan proses kelahiran intelektual dalam rangka menggali nilai-nilai kemanusiaan yang sejati. Selain itu, muhasabah juga merupakan bentuk pengembangan dan perlindungan bagi berbagai perasaan yang menjadi dasar bagi nilai-nilai tersebut.

Tidaklah mungkin bagi manusia untuk dapat menjaga keistiqomahan hati kecuali hanya dengan kerja keras dan pemikiran semacam ini, dengan keduanya manusia dapat membedakan mana yang baik dan mana yang buruk, yang indah dan yang jelek, yang bermanfaat dan yang berbahaya, dari segala yang berhubungan dengan hari kemarin, hari sekarang, dan hari esok.

## 2. Kerangka konseptual

Serangkaian pemikiran yang telah dipaparkan dapat digambarkan berikut :



Gambar 1.1 kerangka berpikir konseptual

## **G. Langkah-langkah Penelitian**

### **1. Lokasi penelitian**

Penelitian ini berlokasi di Madrasah Diniyah Takmiliah Awwaliyah Daarut Tamim yang beralamat di Jl. A. H. Nasution No.98 RT/RW 002/002 Kel. Sukamiskin Kec. Arcamanik Kota Bandung. Madrasah ini berada tepat berdampingan dengan Masjid Asy-Syarif. Masjid ini termasuk masjid yang dijadikan panutan bagi masjid-masjid lain di sekitar lingkungan Banjirsari Sukamiskin. Untuk itu lokasi penelitian ini dipilih karena sesuai dengan kriteria peneliti.

### **2. Paradigma**

Paradigma yang digunakan dalam penelitian ini adalah paradigma konstruktivisme. Paradigma konstruktivisme sosial individu-individu berusaha memaknai makna-makna yang beragam. Penelitian ini memiliki tujuan untuk memahami kejadian atau peristiwa sosial yang merupakan karakteristik dari paradigm konstruktivisme (Caswell, 2014 : 32). Paradigma konstruktivisme merupakan upaya untuk memahami dan menjelaskan tindakan sosial yang bermakna.

### **3. Metode penelitian dan pendekatan**

Penelitian ini menggunakan pendekatan metode deskriptif dengan kualitatif sebagai jenis datanya. Penggunaan pendekatan jenis ini sesuai dan relevan dengan penelitian yang peneliti angkat berdasarkan dengan masalah yang ada, tujuam dan tinjauan teoritis. Pendekatan kualitatif deskriptif adalah sebuah penelitian yang menggambarkan serta menganalisis suatu kejadian, fenomena,

aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, pandangan dan pemikiran seseorang yang diamati dalam penelitian. Sebagian deskripsi digunakan untuk menemukan titik temu yang nantinya dapat ditarik kesimpulan.

#### 4. Jenis data dan sumber data

Sumber data adalah subjek dari mana data dapat diperoleh (Arikunto, 2002 : 102). Sumber data penelitian ini terdiri dari sumber data primer dan sumber data sekunder.

##### a). Sumber Data Primer

Sumber data primer yaitu sumber data yang dapat memberikan data penelitian secara langsung (Subagyo, 1996:87). Sumber data primer dalam penelitian ini adalah subjek penelitian yang terdiri atas para guru pengajar ngaji madrasah asy-syarif. Sedangkan data primer adalah data yang diperoleh langsung dari objek yang akan diteliti (Suyanto, 2011:55). Data primer pada penelitian ini adalah hasil wawancara kepada objek penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui kondisi terkini dari situasi kecemasan atau rasa kebingungan dengan situasi sulit yang dialaminya. Serta untuk mengetahui bagaimana qana'ah dapat berperan sebagai penenang jiwa yang sedang cemas akibat *quarter life crisis*. Dengan kriteria sebagai berikut:

- Berusia 20-25 tahun
- Aktif mengajar di MDTA Daarut Tamim
- Berdomisili di kota Bandung

##### b). Sumber Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang dibutuhkan dan dipergunakan untuk menunjang penelitian ini. Adapun data sekunder ini terdiri dari dokumen-dokumen yang dibutuhkan yang didapat peneliti dari hasil kajian pustaka dari buku, artikel, jurnal, skripsi dan dokumen yang terdapat di Madrasah Diniyah Takmiliah Awwaliyah Daarut Tamim dan penelitian terdahulu yang relevan dengan rumusan masalah yang peneliti angkat.

#### 5. Informan

Adapun informan dalam penelitian ini ialah para pengurus serta guru MDTA Daarut Tamim Sukamiskin sebagai informan utama.

#### 6. Teknik pengumpul data

##### a) Observasi

Observasi adalah kegiatan dalam teknik pengumpulan data yang mempunyai karakteristik yang lebih spesifik dibandingkan dengan teknik pengumpulan data yang lain dikarenakan observasi memiliki sifat yang tidak hanya terbatas pada manusia namun lebih jauh yakni benda-benda yang ada di alam termasuk electron dan proton. Observasi merupakan proses untuk menemukan data dari orang pertama dengan cara mengamati pada saat penelitian. Dilihat dari pelaksanaannya, teknik observasi dibagi kedalam beberapa macam yakni:

- 1) *Participant observation* (observasi berperan serta) adalah peneliti ikut andil dalam kegiatan sehari-hari objek penelitian dengan kata lain selain mengamati peneliti juga ikut melakukan kegiatan sehari-hari sumber data. Dengan demikian data yang didapat akan lebih akurat, dalam dan mengetahui arti dari setiap perilaku yang ditunjukkan.

2) Observasi non partisipan merupakan kebalikan dari observasi berperan serta dimana dalam pelaksanaannya peneliti tidak ikut merasakan langsung akan tetapi berperan sebagai peninjau yang mengamati, mencatat, menganalisa dan kemudian mengambil kesimpulan dari perilaku yang terlihat. Pengamatan model ini tidak memberikan data yang lebih dalam hanya mendapatkan data yang terlihat tanpa mengetahui nilai-nilai yang terdapat dibalik perilaku yang nampak tersebut.

3) Observasi terstruktur adalah observasi yang sudah dibuat dengan sistematis dan menggunakan panduan wawancara atau angket yang sudah tervalidasi.

4) Observasi tidak terstruktur dalam observasi ini peneliti tidak dipersiapkan secara sistematis dan instrumen yang digunakan juga tidak baku, hal ini terjadi karena peneliti belum mengetahui secara jelas apa yang akan diteliti. Peneliti hanya menyiapkan rambu-rambu penelitian.

Observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi nonpartisipan yang mana peneliti hanya mengamati, mencatat dan menganalisa perihal sikap *qana'ah* pada guru di Madrasah Diniyah Takmiliyah Awwaliyah Daarut Tamim Sukamiskin dalam menghadapi *quarter life crisis*.

#### b) Wawancara

Wawancara adalah percakapan dua orang atau lebih antara penanya (*interviewer*) dengan responden (*interviewee*) yang mana bertujuan untuk menggali informasi dan mendapatkan data. Tujuan melaksanakan wawancara yakni untuk mengkontruksi perihal manusia, kejadian,

organisasi, perasaan, motivasi, tuntutan, dan lain-lain, menyusun kebetulan demikian yang dialami dimasa lalu, memberikan perkiraan berupa kejadian-kejadian yang diharapkan terjadi dimasa kemudian, mengecek ulang, mengubah, menggali informasi lebih dalam yang didapatkan baik dari manusia atau sesuatu yang bukan manusia (triangulasi) dan memastikan, mengubah dan meluaskan gambaran yang telah dikembangkan oleh peneliti sebagai pengecekan anggota. Pelaksanaan wawancara sendiri bisa dilakukan secara tatap muka atau menggunakan telepon, bisa menggunakan wawancara terstruktur maupun tidak. Terdapat dua jenis wawancara antara lain:

- 1) Wawancara terstruktur, dimana peneliti melakukan wawancara dengan menggunakan instrument yang telah disusun secara runtut dan jawaban sudah disediakan.
- 2) Wawancara tidak terstruktur, dimana peneliti tidak mempersiapkan instrumen baku dan sistematis dan hanya menggunakan pedoman berisi pokok-pokok permasalahan yang akan diteliti.

Dalam penelitian ini mengenakan jenis wawancara tidak terstruktur dengan maksud untuk mendapatkan gambaran dari permasalahan yang diangkat yakni metode muhasabah untuk menumbuhkan sikap *qana'ah* pada guru Madrasah Diniyah Takmiliah Awwaliyah Daarut Tamim dalam menghadapi *quarter life crisis*. Wawancara seperti ini telah terhitung kedalam jenis *in-dept interview* dimana wawancara mendalam guna mencari kelengkapan data terkait aspek-aspek *quarter life crisis* dan muhasabah yang ada

Data hasil observasi dan wawancara di dokumentasikan berupa catatan verbatim yaitu catatan-catatan yang lengkap dalam semua hal pembicaraan ketika melakukan observasi tanpa adanya penambahan ataupun pengurangan. Selain itu, data hasil wawancara dan observasi di dokumentasikan berupa catatan, wawancara, gambar, catatan-catatan dan rekaman yang kemudian dianalisis menggunakan teori-teori yang relevan. Kemudian dilakukan pengambilan kesimpulan berupa gambar yang jelas atau deskripsi tentang hasil penelitian.

#### 7. Teknik analisis data

Analisis data penelitian mengikuti analisis Miles dan Huberman. Analisis data (*data analysis*) terdiri dari tiga sub proses yang saling terkait, yaitu ; reduksi data, penyajian data, dan pengambilan kesimpulan atau verifikasi. Proses ini dilakukan *sebelum* pengumpulan data, persisnya pada saat menentukan rancangan dan perencanaan penelitian; *sewaktu* proses pengumpulan data dan analisis awal; dan *setelah* tahap pengumpulan data akhir (Denzin, 2009 : 592).

##### a) Reduksi data

Data yang diperoleh dari lapangan jumlahnya cukup banyak, untuk itu maka perlu dicatat secara teliti dan rinci. Seperti telah dikemukakan, semakin lama peneliti ke lapangan, maka jumlah data akan semakin banyak, kompleks dan rumit. Untuk itu perlu segera dilakukan analisis data melalui reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan (Sugiyono, 2016 : 247).

b) Penyajian data

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bias dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori dan lain sejenisnya. Dalam hal ini Miles and Huberman (1984) menyatakan “yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif”, selanjutnya disarankan, dalam melakukan display data, selain dengan teks yang naratif, juga dapat berupa grafik, matrik, network (jejaring kerja) dan chart (Sugiyono, 2016 : 249).

c) *Conlusion Drawing / verification*

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles and Huberman adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh buktibukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel untuk digunakan (Sugiyono, 2016 : 252).

8. Teknik penentuan keabsahan data

Keabsahan data dilakukan untuk membuktikan apakah penelitian yang dilakukan benar-benar merupakan penelitian ilmiah sekaligus untuk menguji data yang diperoleh. Uji keabsahan data dalam penelitian kualitatif meliputi

uji, credibility, transferability, dan confirmability (Sugiyono, 2007 : 270). Agar dapat terpenuhinya validitas data dalam penelitian kualitatif dapat dilakukan dengan cara antara lain : memperpanjang observasi; pengamatan yang terus-menerus; triangulasi, membicarakan hasil temuan dengan orang lain, menganalisis kasus negatif, dan menggunakan bahan referensi. Adapun reabilitas, dapat dilakukan dengan pengamatan sistematis, berulang, dan dalam situasi yang berbeda (Idrus, 2009 : 145)

Teknik pemeriksaan keabsahan data yang digunakan adalah menggunakan teknik triangulasi sumber. Untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang diperoleh melalui beberapa sumber. Data yang diperoleh dianalisis oleh peneliti sehingga menghasilkan suatu kesimpulan selanjutnya dimintakan kesempatan (member check) dengan tiga sumber data (Sugiyono, 2007 : 274)