

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pada dasarnya setiap manusia akan menjalani yang proses perkembangan yang dimulai dari anak-anak, remaja, dewasa hingga lansia. Tidak hanya bagian fisik saja yang berubah melainkan juga dari berbagai aspek baik itu pola pikir dan juga spiritual. Dari beberapa proses perkembangan tersebut, yang paling banyak mempengaruhi aspek kehidupan adalah pada masa dewasa apalagi masa dewasa awal. Karena dimasa dewasa awal ini merupakan uncak perkembangan bagi setiap manusia, bukan berarti pada masa ini merupakan akhir untuk setiap manusia berkembang menjadi lebih baik akan tetapi dewasa awal ini merupakan debut bagi seseorang dalam menentukan tujuan hidup dan juga pencarian jati dirinya. Bukan hanya ditunjuk untuk menentukan jati dirinya sendiri tapi juga pada masa dewasa awal ini merupakan awaldimana manusia belajar tentang tanggung jawab. Masa dewasa awal ini bermula pada rentang umur antara 18 - 40 tahun. Dimana perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif. Oleh karena itulah orang dewasa merupakan seseorang yang pada dasarnya telah melewati proses proses perkembangan tersebut dan siap untuk menerima posisinya sebagai orang dewasa yang harus bertanggung jawab dengan apa yang dilakukannya di masyarakat dan juga menerima kedudukan yang sama dengan orang dewasa lainnya (Hurlock dalam jurnal Alifia 2019:35).

Dewasa awal ialah suatu masa dimana seorang manusia beralih dari masa remaja menuju ke masa dewasa. Pada masa ini seorang ahli sosiologi yaitu Kenneth Kenniston dalam buku (Santrock, 2002) menyebut dengan nama masa muda (*youth*) adalah periode peralihan antara masa remaja dan masa dewasa yang merupakan masa perpanjangan kondisi dan pribadi sementara. Pada Jurnal Empati karya Dewina Pratitis Lybertha, Dinie Ratri Desiningrum. Hurlock berpendapat bahwa dewasa awal ini merupakan masa dimana seorang individu

menyesuaikan diri terhadap pola kehidupan yang baru dan harapan sosial yang baru. Orang-orang yang menginjak masa dewasa awal diharapkan memainkan peran baru, mengembangkan sikap baru, memenuhi keinginan dan nilai baru yang sesuai di masyarakat (Lyberta & Desiningrum, 2016:148).

Pada masa dewasa awal ini juga banyak individu yang mulai ragu dengan kemampuan yang dimiliki, merasa bingung dengan tujuan hidup dan juga merasa stagnan dengan kehidupan yang dijalannya, serta sering membandingkan diri dengan orang lain yang pencapaiannya sudah lebih baik. Keadaan ini dalam psikologi dikenal sebagai Quarter Life Crisis atau Krisis Setengah Abad yang terjadi pada rentang umur antara 20-30. Ketika orang mulai khawatir dan merasa cemas tentang masa depan sering menanyakan tentang arti hidupnya. Oleh karena itulah seorang individu yang mengalami krisis ini umumnya belum memiliki kemampuan untuk menghadapi masalah tersebut, yang mengakibatkan individu akan merasa ragu dengan kemampuan sendiri, mereka selalu berpikir apakah mereka mampu melaluinya dengan baik (Safriyantini, 2020:1-5)

*Quarter life crisis* adalah suatu kondisi krisis secara emosional yang pada umumnya dialami oleh seseorang pada rentang usia 20-an tahun, kondisi krisis ini meliputi perasaan ragu terhadap kemampuan diri, merasa tidak berdaya, terisolasi, serta takut akan kegagalan. Seseorang yang saat ini mengalami atau sedang berada dalam periode tersebut pasti mengalami masa masa yang sangat krusial (Atwood & Scholtz, 2008:233). Arnett berpendapat dalam sebuah jurnal karya Risna Amalia bahwa krisis yang biasanya sering dialami di usia 20-an tahun ini sering kali diakibatkan oleh banyaknya paksaan dan tekanan hidup. Biasanya disebabkan oleh tuntutan orang tua untuk mengambil langkah apa di masa depan, sehingga tanpa disadari bahwa orang tua tersebut terlalu memaksakan kehendak dirinya kepada anaknya (Amalia, 2021:2). *Quarter life crisis* ini tidak hanya terjadi di negara berkembang termasuk juga Indonesia melainkan individu di seluruh dunia juga merasakan hal yang sama. Dan seperti dalam psikologi bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi pembentukan

kepribadian dan salah satunya adalah dari lingkungan. Di sisi lain, peran gender juga ikut ambil bagian dalam memberikan tekanan bagi individu di usia dewasa awal. Selain itu faktor budaya dan juga norma sosial yang berlaku di masyarakat juga bisa menyebabkan individu mengalami *quarter life crisis*, misalnya seperti individu terdekat seperti keluarga dan teman yang memengaruhi kebijaksanaan individu dalam mengelola masalah, serta bagaimana metode yang paling efektif untuk menangani masalah ini. Semakin banyak permintaan yang didapat, individu akan mulai merasakan perasaan pesimis terhadap diri sendiri.

Masalah yang sering dihadapi oleh para mahasiswa ini ialah dimana tugas yang sangat menumpuk apalagi pada tahun 2020 – sekarang masih maraknya virus Covid-19 yang membuat pembelajaran harus menggunakan *gadget (online)*. Pendidikan secara *online* dirasa kurang efektif karena kurangnya komunikasi yang lebih intense dengan dosen itu sendiri. Terutama bagi mahasiswa yang tinggal di pedesaan, yang memiliki hambatan dengan akses internet. Selain daripada itu krisis yang sering dialami mahasiswa juga disebabkan oleh banyaknya tuntutan kehidupan yang sedang dihadapi. Adapun hal lainnya adalah terkait dengan pendidikan, karena di era yang serba digital ini banyak masalah contohnya pada mahasiswa yang baru atau sudah menginjak jenjang perkuliahan. Krisis emosional yang dialami oleh mahasiswa dalam jangka panjang dapat menimbulkan akibat yang kurang baik dalam kehidupan, salah satunya adalah tekanan bahkan kesedihan. Kondisi tekanan yang terkumpul diantisipasi untuk menciptakan isu-isu baru, antusias spesifik dan melakukan isu-isu yang lain (Jackson & Warren, 2000:1441).

Dalam hal ini untuk mencari cara dalam menghadapi permasalahan *quarter life crisis*, agama sangat berperan penting. Dalam agama islam sendiri sudah banyak cara dan juga do'a untuk menghadapi permasalahan yang ada di setiap individu, salah satunya adalah ikhlas. Ikhlas merupakan suatu keadaan dimana seorang individu diharuskan untuk menerima segala sesuatu yang dialaminya. Dalam KBBI ikhlas berarti rela yang pada dasarnya merelakan segala sesuatu tanpa campur tangan dengan hal lain. Menurut Imam Al-Ghazali dalam kitab

*Ihya Ulumuddin* disebutkan bahwa ikhlas merupakan suatu sikap yang murni dan tidak tercampuri dengan hal yang bisa mencampurinya. Seperti bayi yang baru lahir, bayi tersebut belum tercampuri dengan hal-hal lain. Setelah melihat dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa ikhlas adalah suatu sikap yang dilakukan dengan tujuan sepenuhnya hanya untuk Allah tanpa harus ditujukan kepada yang lainnya atau dalam artian lain melaksanakan segala perintah Allah tanpa mengharapkan timbal balik kecuali hanya untuk mendapatkan keridhaan dari Allah (Al-Ghazali, 1989:61).

Penelitian ini ditujukan untuk mengetahui seberapa berkontribusinya ikhlas dalam menghadapi *quarter life crisis* kepada mahasiswa.. Kemudian dapat diambil dari latar belakang di atas, maka selaku penulis memutuskan untuk melakukan penelitian dengan judul **“Kontribusi Konsep Ikhlas Dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis*”** (Studi terhadap pandangan mahasiswa Tasawuf Psikoterapi Angkatan 2020 UIN Sunan Gunung Djati Bandung).

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dipahami dari latar belakang yang telah dipaparkan di atas, bahwa target dari penelitian ini adalah mahasiswa TP angkatan 2020 UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang telah atau sedang mengalami *quarter life crisis*. Adapun beberapa pertanyaan yang sudah di simpulkan dalam penelitian ini ialah sebagai berikut:

1. Bagaimana pandangan mahasiswa TP angkatan 2020 UIN Sunan Gunung Djati Bandung tentang konsep ikhlas ?
2. Bagaimana tanggapan mahasiswa TP angkatan 2020 UIN Sunan Gunung Djati Bandung tentang *quarter life crisis* ?
3. Bagaimana kontribusi konsep ikhlas dalam menghadapi *quarter life crisis* pada mahasiswa TP angkatan 2020 UIN Sunan Gunung Djati Bandung?

### **C. Tujuan Penelitian**

Dari penjelasan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini ialah:

1. Untuk mengetahui konsep ikhlas menurut mahasiswa TP Angkatan 2020 UIN Sunan Gunung Djati Bandung,
2. Untuk mengetahui *quarter life crisis* menurut mahasiswa TP agkatan 2020 UIN Sunan Gunung Djati Bandung,
3. Untuk mengetahui kontribusi konsep ikhlas dalam menghadapi *quarter life crisis* pada mahasiswa TP angkatan 2020 UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

### **D. Manfaat Penelitian**

Dengan dilakukannya penelitian ini, penulis mengharapkan adanya berbagai manfaat dari penelitian yang telah dilakukan baik secara teoritis maupun praktis. Adapun beberapa manfaat secara teoritis dan praktis yang dapat penulis uraikan ialah sebagai berikut:

#### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Memberikan pemahaman dan wawasan baru bagi pembaca, khususnya dalam mendeskripsikan tentang konsep ikhlas dan juga tentang *quarter life crisis*. Dan juga sebuah cara untuk menghadapi *quarter life crisis* tersebut
- b. Hasil daripada penelitian diharapkan mampu menjadi salah satu sumber referensi dan informasi serta pedoman bagi peneliti selanjutnya dan bagi pembaca terutama yang sedang mengalami *quarter life crisis*.

#### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Peneliti: Penelitian ini diharapkan mampu menjawab pertanyaan yang diteliti serta dapat memberikan pengalaman bagi

penulis serta menunjukkan bahwa ikhlas juga mampu berperan dalam menghadapi *quarter life crisis* dimasa saat ini. Dan juga dapat memberikan suatu pelajaran dan juga pengalaman menghadapi *quarter life crisis* yang telah dialami oleh mahasiswa TP angkatan 2020 UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

- b. Bagi Pembaca: Penulis berharap bahwa dengan diadakannya penelitian ini menambah wawasan bagi para pembaca dengan basic konsep ikhlas bagaimana menerapkan konsep konsep islam dalam kehidupan sehari hari kemudian memberikan pemahaman juga bahwa setiap masalah yang sedang dihadapi merupakan sebuah proses menuju pribadi/individu yang lebih baik lagi.

### **E. Kerangka Berpikir**

Pandangan konsep ikhlas setiap individu sangat berbeda beda namun pada dasarnya memiliki artian dan tujuan yang sama. Namun, secara umum ikhlas merupakan segala sesuatu yang dilakukan oleh manusia dengan berdasarkan perasaan yang tulus di dalam hati. Dalam artian lain ikhlas juga merupakan suatu niat, sikap atau perasaan yang ada pada hati nurani seorang individu dengan disertai amal dan juga perbuatan (Glasse, 1999:162).

Penerapan ikhlas dalam kehidupan sehari hari juga sangat berpengaruh dalam membangun identitas individu itu sendiri. Karena pada dasarnya identitas diri itu sangat penting supaya setiap individu bisa lebih mengapresiasi segala sesuatu yang telah ia jalani. Salah satu contoh bahwa individu sudah mendapatkan atau menerima identitas diri adalah memahami peranannya di masyarakat dan juga mengetahui norma yang berlaku di masyarakat. Namun dalam penerapan ikhlas ini sangat erat ikatannya dengan niat karena keduanya berkaitan dengan hati. Niat menjadi sebuah pendorong seorang individu untuk melakukan sesuatu sedangkan ikhlas adalah suatu perbuatan dengan niat hanya karena Allah semata (Fathani, 2008:258).

Dalam kitab *Ihya' Ulumuddin* Al-Ghazali menyatakan bahwa amal yang buruk ialah amal yang mengharapkan surga sebagai imbalan disaat melakukan amal tersebut. Bahkan menurutnya hakikat ikhlas ialah segala amal yang dikehendaki atau dilakukan tidak ada yang lain selain ingin mendapatkan ridonya. Dan itu adalah isyarat kepada keikhlasan orang-orang yang benar (*al-siddiqiin*), yaitu keikhlasan yang mutlak (Al-Ghazali, 1989:61).

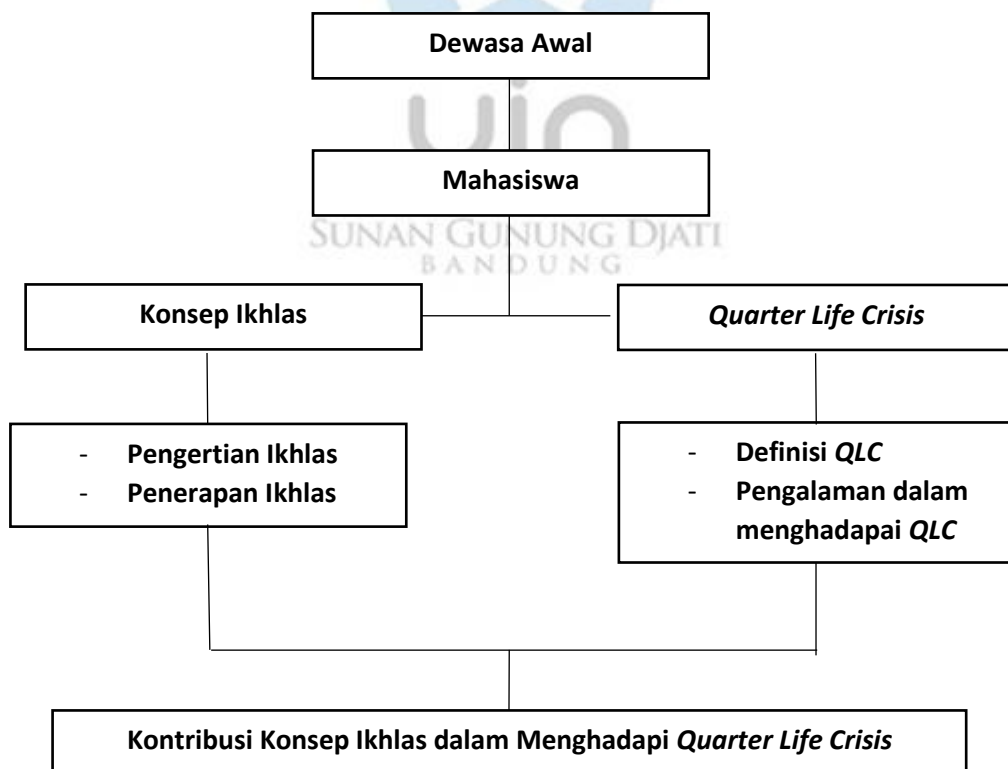
Dari beberapa pengertian dan juga penerapan ikhlas diatas, disini penulis menyimpulkan bahwa pada dasarnya disaat manusia sedang dalam keadaan apapun dan bagaimanapun. Manusia diharuskan untuk menumbuhkan rasa ikhlas dalam dirinya sendiri. Karena sejatinya manusia hakikatnya disaat lahir di dunia tidak memiliki apapun dan juga tidak bisa berbuat apapun. Oleh karena itulah hadirnya agama disini bukan menjadi sebuah masalah, akan tetapi menjadi sebuah aturan supaya setiap individu tidak melakukan hal hal yang menyimpang. Mau agama apapun itu setiap agama mengajarkan tentang kebaikan dan menjadi batasan agar setiap orang yang menganut agama tersebut tidak melakukan kejahatan. Hubungan antara moral dan juga agama ini sangat berkaitan erat karena biasanya orang-orang yang mengerti akan agamanya dan juga rajin mengerjakan ibadah dalam ajaran agamanya, moralnya dapat dipertanggung jawabkan oleh orang tersebut sedangkan untuk orang-orang yang tidak ataupun kurang dalam segi moralnya dimasyarakat, biasanya keyakinan terhadap agamanya kurang atau bisa juga tidak ada sama sekali (Drajat, 1993:2).

Sedangkan *Quarter life crisis* merupakan suatu fenomena dimana seorang individu mengalami kondisi krisis secara emosional yang pada umumnya dialami oleh seseorang pada rentang usia 20-an tahun, kondisi krisis ini meliputi perasaan ragu terhadap kemampuan diri, merasa tidak berdaya, terisolasi, serta takut akan kegagalan. Seseorang yang saat ini mengalami atau sedang berada dalam periode tersebut pasti mengalami masa masa yang sangat krusial (Atwood & Scholtz, 2008:233).

Hal inilah yang menjadi sebuah acuan atau fondasi hingga penulis berpikir untuk meng-akulturasikan antara suatu konsep dalam agama islam dengan realita yang sedang dihadapi. Karena seberat apapun masalah, keraguan, dan kecemasan yang sedang dialami oleh setiap individu pada masa masa dewasa awal, semua pasti tidak bisa dihadapi tanpa adanya pihak ketiga. Baik itu agama, keluarga ataupun teman yang menjadi bantuannya. Sebagai contoh, dapat di perhatikan dalam kehidupan sehari-hari dimana ada orang yang masih terlihat tenang dan juga berbahagia padahal dia serba berkecukupan dan juga sederhana. Namun pada saat tengah malam ia bangun hanya untuk kembali bersujud kepada Tuhan. Sebaliknya juga ada yang hidupnya memiliki harta yang berlimpah, memiliki jabatan, kekuasaan dan juga berpengalaman, namun dalam hidupnya tidak memiliki sebuah ketenangan baik dalam hal rumah tangga maupun dengan pikirannya sendiri (Drajat, 1993:1).

**Gambar 1.1**

**Kontribusi Konsep Ikhlas dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis***





## F. Permasalahan Utama

Permasalahan utama dalam penelitian ini adalah *quarter life crisis* dimana dalam fase *quarter life crisis* ini setiap individu diharuskan untuk menghadapi masalah yang ada dengan kesadaran akan posisinya di masyarakat. Fenomena *quarter life crisis* ini juga tidak hanya terjadi di negara Indonesia akan tetapi terjadi juga diseluruh penjuru dunia. Bahkan ada kasus dimana seseorang sampai melakukan bunuh diri karena disaat individu sedang mengalami stres kemudian ditambah dengan masalah kesehatan baik itu mental maupun fisik. Sehingga dapat menyebabkan seseorang merasa bahwa dia tidak memiliki harapan lagi hingga putus asa. Hal ini dilansir di *Risk Factors and Warning Signs* yang dikemukakan oleh *American Foundation for Suicide Prevention*. Depresi atau stres tersebut seringkali tidak terdiagnosis oleh orang-orang disekitar bahkan keluarga korban tersebut. Oleh karena itulah kondisi seperti depresi, kegelisahan, kecemasan dan masalah substansi terutama apabila tidak cepat atau segera ditangani, meningkatkan resiko bunuh diri (Sujudi, 2020:11).

Dapat dilihat dari besarnya pengaruh *quarter life crisis* terhadap kehidupan apalagi sampai merenggut nyawa tersebut. Diperlukannya rasa empati atau simpati dari orang lain baik itu keluarga, teman ataupun lingkungan. Kurangnya kesadaran inilah yang harus diperhatikan, maka dihadirkanlah orang-orang yang ahli dalam bidang psikologi baik itu psikiater atau *psychotherapist*. Namun masih banyak masyarakat yang malu atau enggan untuk mendatangi orang-orang yang ahli tersebut dikarenakan kurangnya pemahaman diri (*self awareness*) masyarakat tentang apa yang sedang mereka alami. Dalam sebuah jurnal karya Elihami, John Robert Powers mengemukakan bahwa pemahaman diri merupakan suatu kesadaran terhadap dirinya sendiri contohnya seperti ; siapa aku, apa kelebihanku, apa kekuranganku, apa tujuanku dan apa peranku. Pemahaman diri merupakan segala sesuatu yang dilakukan sehari-hari yang tanpa disadari apa yang telah dilakukan menjadikan sebuah kesadaran dan pemahaman untuk mengenal diri dan juga menjadi sebuah prinsip hidup (Elihami, 2018:1).

Dikarenakan besarnya pengaruh *quarter life crisis* terhadap kehidupan seperti yang sudah dijelaskan di atas, dapat dipahami bahwa pada masa dewasa awal dimana merupakan masa transisi antara masa remaja ke dewasa merupakan masa yang sangat rentan. Oleh karena itulah perlu adanya suatu sikap yang bisa membantu menyelesaikan atau menghadapi *quarter life crisis* ini.

## **G. Hasil Penelitian Terdahulu**

Setelah penulis melakukan beberapa penelusuran terkait dengan topik yang dibahas. Penulis menemukan bahwa pembahasan mengenai *quarter life crisis* ini masih sangat jarang dikaji, apalagi dikaitkan dengan konsep konsep islam yang lebih dalam. Berikut merupakan beberapa referensi atau sumber penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan “Kontribusi Konsep Ikhlas Dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis*”, antara lain:

1. Judul “Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa”. Penerbit GADJAH MADA JOURNAL OF PSYCHOLOGY. Volume 5, No. 2, 2019: 129-138. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif berupa survei yang diajukan kepada mahasiswa. Hasil dan pembahasan dalam jurnal ini menyatakan bahwa adanya peran religiusitas secara signifikan terhadap Quarter-Life Crisis. Sehingga kesimpulan dalam jurnal ini menyatakan bahwa peran religiusitas dalam menghadapi masa *quarter-life crisis* hanya sebesar 3,4% sedangkan sisanya merupakan adanya beberapa faktor eksternal maupun internal. Contohnya 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 (Habibie, Syakarofath, & Anwar, 2019).
2. Judul “KEMATANGAN EMOSI DAN PERSEPSI TERHADAP PERNIKAHAN PADA DEWASA AWAL: Studi Korelasi pada

Mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Diponegoro”. Penerbit Jurnal Empati, Volume 5(1), 148-152. Dalam jurnal ini menjelaskan tentang kematangan emosi dimana terkait dengan judul yang sedang dikaji oleh penulis. Selain daripada itu kematangan emosi pada masa dewasa awal ini berpengaruh terhadap pernikahan, selain daripada itu kematangan emosi juga sangat berpengaruh terhadap kehidupan sehari-hari. Hasil dan pembahasan dalam jurnal ini menyatakan bahwa 76% mahasiswa Fakultas Hukum Undip sudah berada pada kategori yang memiliki kematangan emosi yang tinggi. Semakin individu memiliki kematangan emosi yang tinggi, maka semakin positif juga persepsi yang dimiliki individu itu sendiri terhadap pernikahan (Lyberta & Desiningrum, 2016).

3. Judul “Eksistensi Fenomena Quarter-Life Crisis Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Sumatera Utara”. Penerbit Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sumatera Utara. Dalam skripsi ini dijelaskan bahwa fenomena *quarter-life crisis* ini memang sedang dan juga sudah dialami oleh para mahasiswa tingkat akhir di Universitas Sumatera Utara. Hal tersebut diperkuat dengan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti. Dan hal yang sering dialami oleh para mahasiswa tingkat akhir di Universitas Sumatera Utara kurang lebih sama. Diantaranya ialah seperti merasakan bingung, khawatir berlebihan, pesimis, panik bahkan beberapa ada juga yang mengaku pernah sampai frustrasi dan stress. Kemudian fakta yang didapat oleh peneliti ialah adanya cara atau solusi masing-masing dari setiap sample dalam menghadapi *quarter-life crisis*. Dan juga dapat diketahui bahwa tidak adanya ambisi, impian dan juga ekspektasi justru akan menekan *quarter-life crisis* seseorang. “*nothing expectations, nothing to worried and nothing to lose*” (Sujudi, 2020).
4. Judul “Quarter Life Crisis Pada Kaum Millennial”. Penerbit Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Dalam skripsi ini sample yang diambil adalah dari berbagai golongan masyarakat, baik itu

mahasiswa maupun yang tidak menempuh pendidikan kuliah bahkan ada juga yang sudah menikah. Dalam skripsinya dapat disimpulkan bahwa peneliti lebih menekankan kepada konteks pemahaman diri, hal ini dapat dilihat dari pembahasan yang dijelaskan dalam skripsi tersebut. Hal ini dikarenakan adanya perasaan tidak berdaya dalam hidup yang dialami oleh para informan dalam fase *quarter life crisis*. Adapun salah satu penyebab timbulnya *quarter life crisis* ini adalah karena mudahnya mengakses kehidupan dan informasi orang lain dari *social media*, teknologi di era modernisasi ini sungguh sangat berkembang terutama dalam alat telekomunikasi. Hal inilah yang menyebabkan seseorang sering merasa tidak berdaya dan akan memiliki kecenderungan membandingkan dirinya sendiri dengan orang yang dilihat di *social media* (Puspita Sari, 2021).

5. Judul “Psychological Well Being, Self Efficiency dan Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal”. Penerbit Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Dalam jurnal ini disebutkan bahwa *psychological well being* adalah suatu bentuk mengenai pemahaman seorang individu tentang dirinya sendiri dan juga lingkungannya, hingga dalam hal ini seorang individu itu sendiri mampu untuk beradaptasi dengan lingkungan sosialnya dan juga mampu menghadapi segala kondisi dan juga berbagai situasi. Sedangkan *self efficiency* ialah suatu bentuk keyakinan dalam diri seorang individu terhadap kemampuan yang dimilikinya, sehingga ia mampu melakukan atau mengatasi segala sesuatu dan percaya bahwa ia akan berhasil dalam melakukannya. Setelah mengetahui lebih lanjut mengenai *psychological well being* dan *self efficiency* maka dapat disimpulkan bahwa *psychological well being* dan *self efficacy* memiliki korelasi yang signifikan dengan *quarter life crisis*. Kesimpulan kedua yang dapat didapat oleh peneliti ialah bahwa *psychological well being* berkorelasi negatif dengan *quarter life crisis* signifikan. Asumsinya semakin rendah *psychological well being* maka akan semakin tinggi *quarter life crisis* pada dewasa awal. Kemudian

kesimpulan yang ketiga yang didapat ialah terdapat korelasi negatif antara *self efficacy* dengan *quarter life crisis* tidak signifikan. Maka dapat disimpulkan bahwa *self efficacy* tidak berkorelasi dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal. Oleh karena itu individu usia dewasa awal disarankan untuk meningkatkan *psychological well being* dengan mengoptimalkan kondisi psikologis dan melakukan kegiatan yang positif dan disukai, menikmati setiap proses yang dialami, mencoba untuk memiliki hubungan harmonis dengan orang lain, memiliki kontrol atas diri sendiri (Amalia, 2021).

6. Judul “Aktualisasi Keikhlasan Dalam Pendidikan; Telaah Atas Novel Laskar Pelangi”. Penerbit Jurnal Ilmiah Al-Jauhari Volume 1 No.1 pada bulan Desember 2016. Sikap ikhlas merupakan suatu hal yang sangat penting diaktualisasikan oleh setiap muslimin, karena apabila menjalani hidup akan terasa berat apabila tidak ada ikhlas didalamnya. Contoh yang bisa diambil adalah para tokoh guru yang ada di Novel Laskar Pelangi, karena para guru di sekolah tersebut mengajar meskiun dalam situasi sekolah yang hampir roboh bahkan tanpa digaji dan juga mendapatkan tunjangan. Kemudian contoh yang dapat diambil juga adalah dari para siswa yang belajar di sekolah tersebut, mereka bersedia mengikuti pembelajaran dengan seksama tanpa mengeluh dengan kondisi dan situasi sekolah yang mereka tempati (Abdul, 2016).
7. Judul “Kontribusi Nilai Ikhlas dalam Pendidikan Akhlak Jama’ah Salawat Wahidiyah”. Penerbit Al-Izzah Vol 12 No.1 pada bulan Mei 2017. konsep ikhlas dalam ajaran wahidiyyah didasarkan pada nilai-nilai ajaran lillah-billah, diperkuat dengan lirrassul-birrasul, lilgouth-bilghouth, yu`ti Kulla dhi haqqin haqqah, Taqdimul aham fal aham. Jama’ah Salawat Wahidiyyah menerapkan nilai-nilai ikhlas dalam setiap aktivitas individu, keluarga, masyarakat dan komunitas agama untuk menumbuhkan sikap tawadlu', rasa kasih sayang, kekompakan, kerukunan, peduli sosial, toleransi dan saling menghormati. Kontribusi nilai-nilai keikhlasan dalam mendidik akhlak jama’ah Salawat

Wahidiyyah antara lain adalah Makrifat Billah Wal Rasulihi dan Birrul Walidain untuk membesarkan anak-anak yang saleh, termasuk meningkatkan kesadaran persaudaraan umat muslim (Ngadhimah & Susirah, 2017).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, yang pertama adalah jika penelitian sebelumnya hanya mengangkat mengenai unsur agama sebagai salah satu cara untuk menghadapi *quarter life crisis*. Sedangkan dalam penelitian ini, peneliti mengambil salah satu sifat yang ada pada agama islam yaitu ikhlas. Perbedaan yang kedua ada padasegi *quarter life crisis* dimana penelitian sebelumnya tidak mengaitkan tentang adanya *quarter life crisis* dalam sudut pandang islam, sedangkan dalam penelitian ini *quarter life crisis* dalam sudut pandang islam juga ikut dibahas dan juga dijelaskan dalam penelitian ini.

