

## Bab 1 Pendahuluan

### Latar Belakang Masalah

Dalam Peraturan Pemerintah RI No. 30 tahun 1990, mahasiswa dijelaskan sebagai individu yang terdaftar dan sedang mengikuti proses pendidikan di institusi pendidikan tinggi tertentu (Kurniawati & Baroroh, 2016). Menurut Nasari & Darma (2015) Mahasiswa memiliki peran yang paling tinggi di dunia. Mahasiswa ini berperan untuk mengolah pola pikirnya mengarah ke hal yang lebih tinggi, dan serius menjalaninya. Menurut Santrock (2018) mahasiswa yang sudah memasuki semester 8 atau lebih disebut dengan mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa tersebut sedang dalam tahap penyelesaian tugas akhir pada perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas. Menurut Nugraha (2018) Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang secara administratif terdaftar di Universitas atau perguruan tinggi. Menurut Moeliono dkk. (1988) dalam Widyatama & Aslamawati (2015) Mahasiswa tingkat akhir dapat mengikuti KKN (Kursus Kerja Nyata), TA (Tugas Akhir), dan Skripsi setelah melewati semester enam. Umumnya mahasiswa tingkat akhir telah menuntaskan semua mata pelajaran dan mulai mempersiapkan skripsi yang merupakan tugas akhir mereka.

*Emerging adulthood* mengacu pada fase perkembangan di mana individu telah menuntaskan tahap perkembangan dan siap mengambil peran mereka dalam masyarakat bersama dengan individu dewasa lainnya (Hurlock, 2021). Sedangkan menurut Santrock (2018) fase *emerging adulthood* yaitu masa peralihan dari remaja ke dewasa awal yang dimulai pada usia 18-25 tahun . Jika dilihat melalui teori perkembangan Psikososial Erik Erikson, *emerging adulthood* ini individu mengalami tahap perkembangan *intimacy vs isolation* (Santrock, 2018). Menurut Erikson dalam Alwisol (2011) Dalam fase ini, dewasa awal diharapkan dapat menggabungkan

identitas mereka dengan identitas orang lain tanpa khawatir kehilangan diri sendiri. Hal ini dapat membentuk ikatan sosial dengan tujuan mencari kelompok sosial yang sesuai atau sebagai langkah awal dalam proses memilih pasangan hidup. Sebaliknya jika keintiman tidak tercapai, maka akan terjadi *isolation* yaitu ketidakmampuan untuk berkolaborasi dengan orang lain melalui hubungan intim yang sejati dapat mengakibatkan banyak individu merasa terisolasi. Terlepas dari kesuksesan finansial atau sosial, beberapa orang masih mungkin merasakan tingkat isolasi yang mendalam karena mereka mungkin belum sepenuhnya menerima semua tanggung jawab dewasa, seperti menjalani pekerjaan produktif, peran sebagai orang tua, dan hubungan cinta yang matang.

Peralihan dari remaja ke dewasa diiringi dengan pencarian jati diri. Terutama dalam hal hubungan interpersonal dan karir. Ketidakstabilan pada tahap dewasa awal sering terjadi karena masalah pada eksplorasi identitas (Asrofi, 2022). Fase tersebut ditandai oleh pengalaman dan pencarian. Pada dasarnya dalam perkembangannya, seseorang berada pada tahap pencarian karir atau pasangan yang ingin mereka ambil, dan pola hidup seperti apa yang harus dilakukan (Santrock, 2011).

Istilah seseorang memasuki fase dewasa awal, kemudian merasakan kebimbangan dinamakan dengan *quarter life crisis* (Habibie et al., 2019). Di mana individu merasa cemas, ragu, gelisah dan bimbang dengan tujuan dan harapan di masa depan. Tidak hanya tujuan hidup, individu juga berpikir mengenai kualitas hidup atau masalah-masalah lain seperti hubungan interpersonal, keuangan, dan lain sebagainya. Sehingga mereka merasa tertekan jika impian yang sudah ditargetkannya belum tercapai. Akhirnya berpikir apakah harus mengubah atau menata ulang harapan tersebut, dan bagaimana caranya bila hal tersebut terjadi. Kebanyakan di periode hidup ini, individu sering mengalami *insecure*, keraguan akan diri sendiri, kecemasan,

kehilangan motivasi, ketakutan akan kegagalan, dan kebingungan sehubungan dengan masa depannya.

*World Health Organization* (2020) mengungkapkan apabila seseorang memasuki usia 20an tahun, tingginya tingkat penyesuaian dan perubahan hidup yang terjadi secara psikologis, emosional, atau situasi keuangan maka akan rentan terkena gangguan mental. Dalam survey LinkedIn yang dilakukan pada tahun 2017 menunjukkan usia rata-rata yang mengalami *quarter life of crisis* adalah 27 tahun dari rentang usia 25-33 tahun. Persentase di dunia yang mengaku pernah mengalami *quarter life of crisis* ini sebanyak 75% (dikutip dari *news.linkedin.com*). Dalam survey studi awal penelitian yang dilakukan oleh Qonita (2022) menunjukkan sebanyak 73% generasi milenial di Kota Surabaya mengalami *quarter life crisis*. Berdasarkan hasil analisis data maka sebanyak 30 orang dengan persentase 80% memperlihatkan bahwa individu merasakan kebimbangan dan kebingungan dalam hal pekerjaan dan karir, dan merasa cemas dalam merencanakan kehidupan di masa depan, kemudian sebanyak 30 orang dengan persentase 80% individu merasa tidak menghasilkan apa-apa di usia yang semakin tua, dan sebanyak 35 orang dengan persentase 87% mengalami tekanan menjadi dewasa.

Hal tersebut merupakan aspek-aspek yang membuktikan individu mengalami *quarter life crisis*, dimana individu merasakan bimbang, cemas, dan merasa bingung terhadap masa depannya. Setelah dianalisis, dapat terlihat bahwa ternyata lebih banyak perempuan yg mengalami *quarter life crisis* dibandingkan dengan laki-laki. Penyebabnya adalah perempuan harus mengerjakan banyak hak dalam satu waktu, oleh karena itu individu merasa terbebani dengan tuntutanannya. Tuntutan tersebut seperti tuntutan untuk segera menikah, tuntutan untuk memiliki keturunan, melahirkan, membesarkan dan memberi pendidikan kepada anak, memiliki pekerjaan dan berkarier (Qonita, 2022).

Pada proses perkembangannya, tidak semua orang dapat mencapai fase dewasa awal dengan mudah, karena banyaknya hambatan yang harus dihadapi. Sumber kegelisahan yang paling umum dirasakan oleh orang-orang yang mengarah kepada *quarter life of crisis*, diantaranya : situasi keuangan yang dirasa kurang dan tidak stabil, tertekan dengan lingkungan sekitar, tekanan untuk menikah, punya anak, mapan sebelum umur tertentu sesuai tuntutan sosial, harapan ada perubahan yang signifikan dalam karir, bingung untuk menentukan pilihan. Robbins & Wilner (2001) dalam Habibie dkk. (2019) menyebutkan bahwa perasaan yang muncul ketika seseorang memasuki usia pertengahan 20-an tahun, dan diikuti dengan perasaan cemas atau gelisah mengenai kehidupannya di masa depan, terkait dengan jenjang karir, relasi, dan kehidupan sosial. Hal tersebut dinamakan dengan *quarter life crisis* (Habibie et al., 2019).

Menurut Arnett (2014) terdapat lima faktor internal dan tiga faktor eksternal yang mempengaruhi *quarter life crisis*. Faktor internal meliputi pencarian identitas, ketidakstabilan, berfokus pada diri sendiri, *feeling in between, the age of possibilities*. Faktor eksternal yaitu : sahabat, hubungan asmara, keluarga, kehidupan pekerjaan serta karir, dan hambatan dalam bidang akademik. Setiap individu mempunyai hubungan sosial yang membutuhkan bantuan dan dukungan sosial.

Kegelisahan pada *quarter life crisis* tidak hanya mengenai jenjang karir, namun kegelisahan pada fase ini juga sering dirasakan dalam menentukan pasangan hidup. Mengambil keputusan setelah lulus kuliah bukan suatu hal yang mudah, hal tersebut dipengaruhi oleh asumsi-asumsi orang lain seperti orang tua dan teman sebaya. Fenomena pernikahan berdasarkan perjodohan masih sering terjadi di Indonesia, terutama di wilayah-wilayah atau komunitas tertentu (Fadhli, 2020). Faktor orang tua menikahkan anaknya dengan hasil pilihan orang tua tersebut dikarenakan kekhawatiran orang tua jikalau sang anak akan memperoleh pasangan yang

tidak bertanggung jawab (Aini & Nuqul, 2019). Sehingga orang tua memaksa anaknya untuk segera menikah agar merasakan kebahagiaan itu. Hal tersebut tentu akan sangat terbebani jika dipaksa orang tua untuk menikah dalam waktu yang dekat. Sementara itu, individu belum mempunyai pasangan dan masih ingin merasakan masa muda. Akan tetapi, orang tua akan mendesak anak untuk segera mendapatkan pasangan dan segera melamarnya. Ketika individu belum menemukan pasangannya atau merasakan kesulitan dalam mencari pasangan hidup, maka orang tua tersebut akan mencarikan pasangan untuk anaknya, akhirnya orang tua menjodohkan anaknya dengan pilihan orang tua. Ketakutan yang dirasakan pada individu ini juga karena melihat teman sebaya yang sudah menikah muda namun mengalami kegagalan, hal tersebut membuat individu merasa cemas untuk menentukan pernikahan.

Kecemasan merupakan salah satu bentuk perasaan yang dapat dirasakan oleh individu sehingga sesuai pandangan Nevid, dkk (2022) kecemasan merupakan suatu kondisi emosional yang memiliki karakteristik seperti munculnya perasaan gelisah yang membuat frustrasi sekaligus munculnya perasaan aprehensif atau rasa takut yang mengisyaratkan bahwa sesuatu yang bahaya akan terjadi. Menurut Nevid dkk (2022) terdapat tiga aspek kecemasan yaitu aspek fisik, aspek behavioral, dan aspek kognitif

Berdasarkan data dari Direktorat Putusan Mahkamah Agung Republik Indonesia ada 1.414 kasus perceraian karena faktor perjdohan pada tahun 2021. Oleh karena itu, penggugat merasa tertekan dengan adanya perjdohan dari kedua belah pihak keluarga baik dari Penggugat maupun Tergugat. Sehingga menyebabkan perselisihan karena ketidakcocokan diantara keduanya. Dalam penelitian Dr. Sukron Kamil dari UIN menyatakan bahwa 62% yang mengakibatkan munculnya pernikahan di usia dini karena terjadinya kehamilan diluar nikah, kemudian 21% orang tua memaksa anaknya untuk menikah di usia yang muda karena ingin

memperbaiki ekonomi dan keluar dari kemiskinan, dan sisanya disebabkan oleh status sosial. (Susatya, 2016).

Dengan keadaan tertekan dapat memicu menutup diri dengan orang lain, dan juga mengakibatkan seseorang menjadi sering mengeluh tanpa ada tindakan apapun untuk penyelesaian masalah yang dikeluhkan. Menurut Arnett (2001) orang tua sering kali menuntut anaknya mengenai permasalahan akademik maupun mengenai arahan yang akan dilakukan di masa depan, hal tersebut yang menjadikan orang tua sebagai penyebab krisis utama pada mahasiswa tingkat akhir. Hal ini dipengaruhi oleh sikap orang tua yang terlalu protektif dan menuntut. Artinya, orang tua yang memperlihatkan kasih sayang yang berlebihan, selalu memenuhi segala kebutuhan anaknya, menetapkan batasan dan aturan tanpa mempertimbangkan aspek pendidikan, tetapi menuntut perilaku yang dibatasi. Anak-anak tidak diberi kesempatan untuk mandiri, hampir semua yang mereka inginkan dituruti, dan kekhawatiran yang berlebihan terkadang tidak masuk akal. Orang tua yang terlalu menuntut adalah orang tua yang memberikan banyak aturan dan pembatasan kepada anaknya, orang tua tidak memberikan peluang kepada anaknya untuk mengambil keputusan karena terlalu menuntut (Thalib, 2007).

Kondisi tersebut menyebabkan individu lebih memilih teman sebaya untuk mencurahkan isi hatinya, karena teman sebaya lebih bisa memahami dibandingkan orang tua. Kehadiran teman sebaya sangat penting bagi mahasiswa karena remaja seringkali memilih teman sebaya yang memiliki kesamaan dalam aktivitas, motivasi, gaya perilaku, dan pencapaian akademik, sehingga hal tersebut sangat berpengaruh dalam perkembangan mereka. Teman sebaya bisa menawarkan ide dan perspektif baru yang tidak terdapat dari orang tua (Sumia dkk., 2020). Teman sebaya adalah bentuk ikatan sosial yang mewakili kualitas hubungan interpersonal antara kanak-kanak atau remaja dengan usia atau kedewasaan yang hampir sama dan merupakan pemberi dukungan

emosional yang penting selama masa peralihan ke masa remaja (Santrock, 2011). *Peer attachment* ini secara efektif memberikan kontribusi bahwa *peer attachment* akan mengakibatkan tingkahlaku individu untuk belajar menyelesaikan masalah. Sementara itu individu mempertimbangkan cara mereka untuk mendapatkan kawan yang setia sekaligus figure yang dapat diterima dan diandalkan, karena menurut pengalaman dan pengamatan peneliti bahwa dimasa dewasa awal ini juga sering terjadi kehilangan teman terdekat. Menurut Hurlock (2021) lingkungan kampus adalah salah satu tempat dimana mahasiswa menerima dukungan sosial dari teman sebayanya. Biasanya, dukungan ini terdiri dari perasaan setara yang merangsang adanya hubungan saling mengerti dan simpati bahkan tidak dapat ditemukan dari orang tua.

Menurut riset terdahulu yang dilakukan oleh Niam (2009) topik ini relevan karena dukungan sosial berfungsi sebagai sumber daya atau mekanisme koping untuk meringankan stres dan masalah yang dihadapi. Mahasiswa dengan dukungan sosial aktif cenderung mengembangkan harga diri, melihat hal-hal positif, dan optimis tentang kehidupan mereka. Mahasiswa yang tidak mendapatkan dukungan sosial kemungkinan besar merasa tidak terpenuhi dalam kehidupan mereka. Sementara itu, jika ada dukungan sosial bagi mahasiswa yang sedang mencari jati diri, memahami diri, atau merasa cemas dan ragu-ragu terhadap masa depan mereka, maka mereka akan merasa lebih diperhatikan, dihargai, dihormati, dicintai, dan akan memiliki peningkatan rasa percaya diri serta kompetensi. Hal tersebut didukung pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Rachmawati (2013) mengungkapkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara tingkat dukungan sosial dan tingkat kecemasan dalam mencari pasangan hidup pada wanita. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima oleh wanita, semakin rendah tingkat kecemasan mereka dalam mencari pasangan hidup. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Zimet dalam Hastari (2018) dukungan sosial yang dipersepsikan



dapat berasal dari orang lain yang memiliki hubungan signifikan atau yang terdekat dalam kehidupan sehari-hari individu, seperti keluarga dan teman-teman. Setiap individu memiliki hubungan sosial yang memerlukan bantuan atau dukungan interpersonal. Menurut hasil riset yang dilakukan oleh Putri (2020) mengungkapkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara tingkat dukungan sosial dengan *quarter life crisis* pada mahasiswa tingkat akhir. Dengan kata lain, semakin rendah tingkat dukungan sosial yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir, maka semakin tinggi tingkat *quarter life crisis* yang mereka alami. Sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Asrar & Taufani (2022) menunjukkan adanya pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap *quarter life crisis* pada dewasa awal. *Peer Attachment* dapat memberikan efek positif dalam menghadapi tingkat stress yang tinggi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2022) mengemukakan adanya hubungan antara tingkat harga diri dengan tingkat kecemasan dalam memilih pasangan hidup pada wanita usia dewasa awal yang mengalami *quarter life crisis*. Hal ini membuktikan bahwa harga diri dapat memengaruhi tingkat kecemasan terkait pemilihan pendamping hidup pada wanita dalam fase *quarter life crisis*.

Berdasarkan studi awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap 36 Mahasiswa aktif Angkatan 2019 UIN Sunan Gunung Djati Bandung, dalam pengujian ini peneliti menggunakan *software IBM Statistic SPSS* versi 20 dengan metode uji regresi linear berganda. Hasil pengujian menunjukkan bahwa variabel *peer attachment* dan *quarter life crisis* menyumbang 44,4% terhadap kecemasan dalam menentukan pernikahan, artinya terdapat pengaruh antara *peer attachment* dan *quarter life crisis* terhadap kecemasan menentukan pernikahan.

Sehingga dengan dasar ini, peneliti tertarik untuk meneliti “Pengaruh *Peer Attachment* dan *Quarter Life Crisis* terhadap Kecemasan Menentukan Pernikahan pada Mahasiswa Akhir”



## **Rumusan Masalah**

Berdasarkan fenomena yang dijelaskan, peneliti merumuskan permasalahan yang akan dikembangkan dalam penelitian ini, yaitu:

“Apakah terdapat pengaruh *Peer Attachment* dan *Quarter Life Crisis* terhadap kecemasan dalam menentukan pernikahan pada mahasiswa akhir”

## **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Peer Attachment* dan *Quarter Life Crisis* terhadap kecemasan dalam menentukan pernikahan pada mahasiswa akhir.

## **Kegunaan Penelitian**

Dari hasil penelitian ini, diharapkan dapat memberi manfaat, baik secara teoritis maupun secara praktis, yaitu :

### ***Kegunaan Teoretis***

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan baru pada mata kuliah psikologi sosial dan psikologi perkembangan mengenai *quarter life crisis* terhadap mahasiswa akhir dalam menghadapi kecemasan menentukan pernikahan, dengan teman sebaya sebagai variabel independen. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberi ide dan referensi bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan *quarter life crisis*.

### ***Kegunaan Praktis***

Penelitian ini dapat dijadikan pengetahuan bagi masyarakat mengenai gambaran dewasa awal yang tengah mengalami fase *quarter life crisis* sehingga dapat menjadi sebuah

pembelajaran bagi masyarakat atau mahasiswa lain ketika berada difase yang sama. Sehingga mahasiswa tersebut lebih bisa memahami karakteristik dirinya sendiri dan mengenai pentingnya peran teman sebaya dalam fase tersebut.

